என்றும் உங்களுடன்

பெட்டகம் 1

மங்கையர் மலர்

பெட்டகம் - 2
கேட்டு வாங்குங்கள்

ரூ.16/-

MANGAYAR MALAR - SEPTEMBER 2005

196 பக்கங்கள்



மங்கையர் சக்தி
மகத்தான சக்தி
மங்கையர் மலர் வெள்ளிவிழா

உலக அமைதிக்கு...



rubecon

PON ONAM OFFER

AUG 15TH - SEPT 15TH

ரூ.10,000 மற்றும் அதற்கு மேலும் நகைகளை வாங்கி ஒரு ஓணம் புடவையையும்,
ரூ.5000 மற்றும் அதற்கு மேலும் நகைகளை வாங்கி பரிசு கூப்பன்களையும் பெறுங்கள்.

PRINCE JEWELLERY

www.princejewellery.com

At Chennai: CATHEDRAL ROAD Tel: 2811 7720 | PANAGAL PARK Tel: 2434 6783 | SPENCER PLAZA Tel: 2849 5817

• Showrooms open on Sundays • Valet parking available

Hallmarked jewellery certified by the Bureau of Indian Standards

Conditions Apply



GOLD WINNER FOR HEALTH

ஆரோக்கியமான வாழ்விற்கு ஒரு சுவையான வழி.

இலட்சக்கணக்கான குடும்பங்கள் ஆரோக்கியம் மற்றும் சந்தோஷம் நிறைந்த வாழ்விற்கு ஒரு சுவையான வழியை கடைபிடிக்கின்றனர். அதுதான் கோல்டுவின்னர் ரிஃபைண்ட் சூரியகாந்தி எண்ணெய். இல்லந்தோறும் சுவையான சமையலின் அங்கமான கோல்டுவின்னர், சர்வதேச தொழில்நுட்பத்துடன் மிகச் சிறந்த தரக்கட்டுப்பாடு முறைகளால் தயாரிக்கப்படுகின்றது. இதிலிருக்கும் இன்றியமையாத அமில சத்துக்கள் உங்களை ஆரோக்கியத்துடனும், பொலிவுடனும் வைத்திருக்கின்றன. இதையே நாங்கள் G for h என்கிறோம். அதாவது கோல்டுவின்னர் ஃபார் ஹெல்த்.



Gold® Winner

முதலில் பார்க்க...



பக். 68



வழங்கியோர்:

மாங்கனி நகரில் மங்கையர் திருவிழா!

பக். 76



ஓணம் விருந்து

பக். 152



அடுத்த வெள்ளி விழா

புரட்டுங்க

பக். 116



வேலை தேடும் இளைஞர்களுக்கு...



மலர் : 25 இதழ் : 8

உங்களுடன்

மதுரையா? சிதம்பரமா?



"உங்கள் வீட்டில் மதுரையா? சிதம்பரமா?" என்ற அசட்டுத்தனமான கேள்விகள் கேட்ட காலத்தைக் கடந்து வந்து விட்டோம். இதை எண்ணிப் பார்க்கும் போது மனதில் மகிழ்ச்சி நிறைகிறது. "மதுரையும் இல்லை சிதம்பரமும் இல்லை திருச்செங்கோடு" என்று பதில் சொன்னவரையும் பார்த்திருக்கிறேன். அன்று காதில் வாங்கிக் கொண்ட அர்த்தநாரீச்வரர் தத்துவம் இன்று செயல்முறையில் புரிகிறது.

இயற்கையின் நியதியில், உடலளவில் மட்டுமே, ஆண், பெண் என்ற இரு வகையினை, ஓருயிர்ச் சீவனிலிருந்து ஆறறிவு பெற்ற மனித இனம் வரையில் காண்கிறோம். யின், யாங், என்று சீனர்கள் குறிப்பிடுவது போல் ஆண் பெண் என்ற இரு சக்திகளும் பிரபஞ்சம் உருவானதிலிருந்து இரவும் பகலும் போல் ஒன்றுக்கொன்று பின்னிப் பிணைந்து செயல்பட்டு வருகின்றன. உணர்வில் இரு சக்திகளும் இணைவதில்தான் முழுமை பெறுகிறது.

இல்லத்தரசி என்ற பட்டம் பெண்களுக்குத் தரப்பட்ட அதே நேரம் குடும்பத் தலைவர் என்றுதான் ஆண்களைக் குறிப்பிட்டார்கள் ஏன்? தலைவரது பொறுப்பு என்பதில் குடும்பத்தைக் காக்கும் பணி முதன்மை என்பதற்காகத்தான். தன்னைச் சார்ந்தவர்களையும், வரும் தலைமுறைகளையும் நல்லவண்ணம் உணவு, ஊட்டம், ஊக்கம், ஆக்கம் அளித்து அன்போடு பேணி வளர்க்கும் பெருந்தகையாள் என்பதற்காகவே இல்லத்தரசி எனப்பட்டாள்.

பெண் அன்றும் இன்றும்... மனத்திரையில் சற்றுப் பின்னோக்கி ஓட விட்டுப் பார்த்தால் பழைய கறுப்பு வெள்ளைப் படம் போல இதமூட்டும். படி தாண்டாதவள்தான் பெண் என்ற வரையறை அன்று கல்விக் கண் திறக்காமல் செய்தது. அப்போதெல்லாம் யாரேனும் வாசலில் வந்து, "வீட்டிலே யாருமில்லையா?" எனக் கேட்டால் இல்லை என்ற பதில் உள்ளேயிருந்து வந்தது. அதன் பின்னர் கதவு இலேசாகத் திறக்கப்பட்டு பதில் சொன்னார்கள். தபால் ஆரம்பித்த போது வெளியில் வந்து கடிதத்தை வாங்கி தபால்காரரையே படிக்கச் செய்து அவரை விட்டே பதில் எழுத வைக்கும் அளவில்



ரேவதி சங்கரன்

பெண்கள் முன்னேற்றம். பெண் கல்வி எனும் ஒளி ஏற்றிய பின்னரே இது ஆண்கள் செயல், இது பெண்கள் செயல் என்ற வரையறை மாற ஆரம்பித்தது.

காலத்தின் கட்டாயத்தால் மெல்ல மெல்ல ஏற்பட்ட இந்த மாற்றத்தை முந்தைய தலைமுறையினர் கண்கூடாகப் பார்த்த போதும் உவந்து ஏற்றுக் கொண்டவர்கள் சிலரே. ஏற்கும் திறன் இல்லாத ஒரே காரணத்தால் இன்றும் பல குடும்பங்களில் விரிசல் விழுந்த வெண்கல மணி போல் எங்கோ ஒரு பிசிறு தட்டுகிறது. மாற்றத்தை ஏற்றுக் கொள்ளும் மனப்பக்குவம் வந்து விட்டால் ஆண்களும் பெண்களும் வாழுகின்ற இந்த ஒரே ஒரு வாழ்க்கையை வளமாக்கிக் கொள்ளலாம்.

'பெண்கள் எல்லோருமே மென்மையான குணமுள்ளவர்கள் என்று சொல்வதற்கில்லை' எனச் சில ஆண்கள் கருதலாம். உதாரணமாகப் பெண் மிருகங்களை எடுத்துக் கொண்டாலும், தனது குட்டிகளுக்கு, குடும்பத்திற்கு ஆபத்து என்று வரும் போது அதிக சீற்றத்தைக் காட்டுவது இயற்கைதானே! பெண்மையின் மென்மை சிதைக்கப்படும்போதுதான் அவள் கொற்றவையாகிறாள். போற்றப்படும் போது நிலமகளின் பொறுமையுடன் ஆக்க சக்தியாகிறாள்.

எந்தச் சூழ்நிலையிலும் கொண்டவளை, குடும்பத்தைக் கைவிடாமல் காப்பவன்தான் கணவன் என்ற இலக்கணம் எல்லா நிலைகளிலும் எல்லாக் குடும்பங்களிலும் வர வேண்டும் என்பதே எனது பிரார்த்தனை. குடும்பத்தின் சுமையைச் சமமாகப் பகிர்ந்து கொண்டு அதற்காக மேற்கொள்ளும் எந்தப் பணியும் இழிவில்லை என்ற நல்லுணர்வுடன் செயல்பட்டுப் பெண்களை மதிக்கும் நல்ல தோழனாக விளங்கும் ஆண்களைப் போற்றுகிறோம்! வாழ்க ஆண் இனம்! வளர்க அவர்தம் தோழமைத் திறன்!

வாழ்க வளமுடன் வாழ்க வையகம்!

மங்கையர் மலர்
(கல்கி நிறுவன வெளியீடு)

பாரதன் பப்ளிகேஷன்ஸ் பிரைவேட் லிமிடெட்டிற்காக பாரதன் அச்சகத்தில் அச்சிட்டு வெளியிடுபவர் : **கி.ராஜேந்திரன்**

கல்கி பில்டிங்கஸ்,
47-N.P., ஜவாஹர்லால் நேரு சாலை,
ஈக்காடுதாங்கல், சென்னை -32

ஆசிரியர் :
ரேவதி சங்கரன்

உதவி ஆசிரியர் :
சாந்தி ரங்கராஜன்

தொலைபேசி :
22251522, 22250623, 22251324
தொலைநகல் :
044 - 22251021

மின்னஞ்சல் :
ஆசிரியர் குழு :
mangayarmalar@kalkiweekly.com
சந்தா பிரிவு :
subscription@kalkiweekly.com
பிற தகவல்களுக்கு :
info@kalkiweekly.com
மங்கையர் மலர்
இன்டர்நெட் முகவரி :
www.mangayarmalaronline.com

சந்தா விவரம் :
உள்நாடு :
ஒரு வருடம் : ரூ.200/-
ஆறு மாதம் : ரூ.100/-

வெளிநாடு (விமானத்தபால்) :
ஒரு வருடம் : 37.50 யு.எஸ். டாலர்
இலங்கை : ரூ.915/-

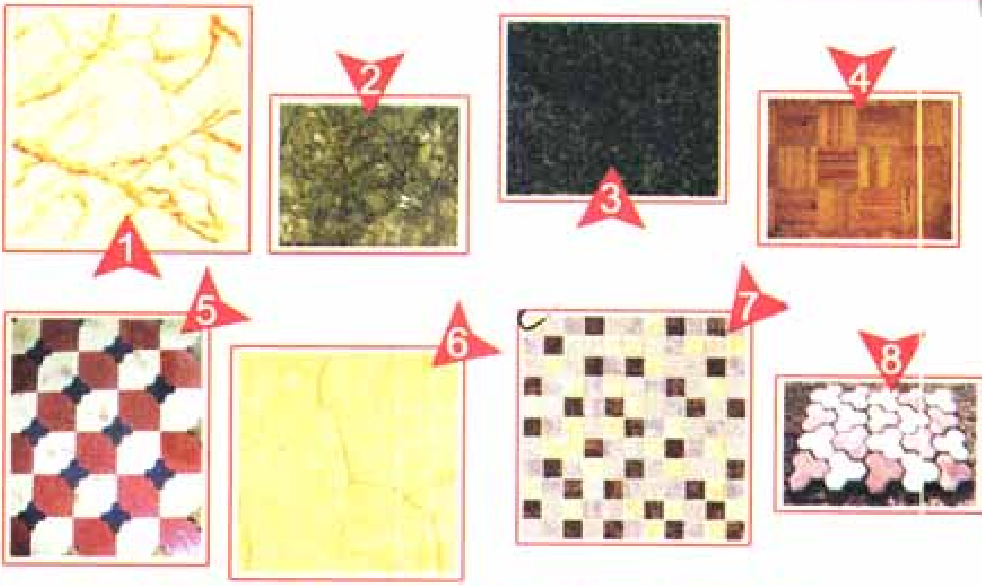
Bharathan Publications Private Limited,
Kalki Buildings,
47-NP, Jawaharlal Nehru Road,
Ekkaduthangal, Chennai - 600 032.

இந்தியாவின் நெ.1 மகளிர் இதழ் : மங்கையர் மலர்

என்றும் உங்களுடன்

மங்கையர் மலர்

என் இனிய



கிளாஸ் மொசைக் டைல்ஸ், கிரானைட், செராமிக் டைல்ஸ், கான்கிரீட் பிளாக்ஸ், வெர்ட்டிஃபைட் டைல்ஸ், மார்பிள், கான்கிரீட் டிசைனர் டைல்ஸ், வுட்டன்

என்றும் உங்களுடன்
மங்கையர் மலர்
கோலாகல வெள்ளி விழா

KGEYES
KGEYES RESIDENCY PVT LTD.

கேள்வி
படத்தில் உள்ள டைல்ஸ்களை வகைப்படுத்தி எழுதவும்.

1. ....
2. ....
3. ....
4. ....
5. ....
6. ....
7. ....
8. ....

பெயர் : .... வயது : ....
முகவரி : ....
தொலைபேசி : .... மின்னஞ்சல் : ....

KGEYES

KGEYES RESIDENCY PVT LTD.

இணைந்து வழங்கும்
10 மாதப்
போட்டி

இல்லம்



போட்டி 6

என் வீடு என் சொர்க்கம்

எத்தனையோ ஊர்கள், கோயில்கள், திருவிழாக்கள் என்று ஆவலோடு சென்று வருகிறோம். ஆனால், வீடு திரும்பியதுமே நாம் மனநிறைவோடு சொல்வது இதுதான்! ''ஊரெல்லாம் சுற்றினாலும் என் வீடுதான் எனக்கு சொர்க்கம்!'' உண்மைதானே? உங்கள் அனுபவங்களை எங்களோடு பகிர்ந்து கொள்ளுங்கள்!

போட்டி விதிமுறைகள்:

- மாதம் ஒரு போட்டித் தலைப்பும், மாதம் ஒரு கூப்பனும் 10 மாதங்களுக்குத் தொடர்ந்து இங்கு இடம்பெறும்.
- வாசகிகள் பத்து மாதங்களும் தொடர்ந்து இப் போட்டியில் கலந்து கொள்ள வேண்டும்.
- பத்தாவது மாத இறுதியில் அனைத்துப் போட்டிகளுக்கும் உண்டான விடைத்தாள்களையும் மொத்தமாக அறிவிக்கப்படும் கடைசி தேதிக்குள் அனுப்ப வேண்டும்.
- போட்டியில் வழங்கப்பட்டிருக்கும் KGEYES போட்டிக் கூப்பனையும் சேர்த்து வைத்து கூப்பனில் கேட்கப்பட்டிருக்கும் கேள்விக்கான பதிலையும் அதிலேயே நிரப்பி மொத்தக் கூப்பன்களையும் பத்தாவது மாத முடிவில் அறிவிக்கப்படும் இறுதித் தேதிக்குள் விடைத் தாள்களுடன் இணைத்து அனுப்ப வேண்டும்.
- போட்டியும் பரிசும் வருமான வரி விதிமுறைகளுக்கு உட்பட்டது.
- தேர்வு செய்யப்படும் விடைத்தாள்களிலிருந்து 5 இல்லத்தரசிகளின் வீட்டிற்கு மங்கையர் மலர் மற்றும் KGEYES குழு படையெடுக்கும்.
- இறுதியாக ஒருவர்க்கு மட்டும் வீடு பரிசு!
- பரதன் பப்ளிகேஷன்ஸ் நிறுவனத்தில் பணிபுரியும் ஊழியர்கள் மற்றும் அவர்தம் உறவினர்கள் இந்தப் போட்டியில் பங்குகொள்ள வாய்ப்பில்லை.
- ஆசிரியர் தீர்ப்பே இறுதியானது.

KGEYES RESIDENCY PRIVATE LIMITED
10,2nd Cross Street.R.A.Puram.Chennai-28. Ph:24313939(8Lines)
Mobile:9840 398009,98407 31854. Weekdays:9.30 to 6p.m.Sundays:10.30am to 1.30pm.
Website:www.kgeyes.com Email:sales@kgeyes.com

அனைத்து வசதிகளுடன்.... சென்னையில்... காத்திருக்கிறது.







ஸல்வார்கமீஸ் பளபளக்க...

இப்போது எல்லாப் பெண்களும் சல்வார் கமீஸ் போட ஆரம்பித்து விட்டார்கள். சாதாரண ஸல்வார்கமீஸ் உடையை நமக்கு விருப்பமான விதத்தில் அலங்கரித்து மிக உயர்ந்த விலையுள்ள உடையாக மாற்றி உடுக்கலாம்.

அதாவது நமக்குப் பிடித்தமான நிறத்தில் பிளைன்கலர் ஸல்வார் கமீஸ் வாங்கி அதில் நமக்கு விருப்பமான விதத்தில் எம்பிராய்டரி அல்லது பெயிண்டிங், மிஷின் எம்பிராய்டரி, சம்கி வொர்க் என்று செய்து அலங்கரிக்கலாம்.

இப்படித் தயாரித்த உடை பார்ப்பதற்கு மிக விலை உயர்ந்த உடையைப் போல் காணப்படும். ஆனால் நாமே தயாரிப்பதால் மிக மலிவான விலையில் தயாரிக்க முடியும். மிகச் சுலபமாகவும் தயாரிக்கலாம். நாமே தயாரித்து உடுத்துவதால் மனதிற்கு நிறைவும் சந்தோஷமும் கிடைக்கின்றன.

இங்கு சில செய்முறைகளைத் தருகிறோம். இதைப் படித்து மங்கையர் மலர் வாசகர்கள் சுலபமாகச் செய்யலாம்.

பெயிண்டிங் : முதலில் நமக்கு விருப்பமான டிசைனை, அதாவது கழுத்தைச் சுற்றி மட்டும் அல்லது கீழிருந்து மேல், அல்லது முன்னால் மட்டும் பார்டர் என்று டிசைனை வரைந்து கடைகளில் கிடைக்கும் (ஃபேப்ரிக் பெயிண்ட்) துணிகளுக்கு உபயோகப்படுத்தும் வண்ணங்களைக் கொண்டு பெயிண்ட் செய்து கொள்ளலாம்.

மேலும், கோல்டு, சில்வர், கலர்களிலும் பளபளப்பான வண்ணங்கள் கிடைக்கின்றன. அதை வாங்கி, அழகான டிசைன்களை கமீஸ் மீதும் துப்பட்டா மீதும் வரைந்து அழகுபடுத்தலாம்.

கடைகளில் பல வண்ணங்களில் சம்கிகள் கிடைக்கின்றன. நம்மிடம் உள்ள ஸல்வார்கமீஸுக்கு ஏற்ற கலர் அல்லது அதே கலர் என்று வாங்கி நமக்கு விருப்பமான டிசைன் வரைந்து அந்த டிசைனின் மேல் வைத்து அழகுபடுத்தலாம். இப்போது ஒட்டிக் கொள்ளும் கற்கள் இரண்டு பக்கம் சிறு துளையுள்ள தைக்கும் கற்கள் என்று விற்கப்படுகின்றன. அதையும் வாங்கி நம் விருப்பம் போல் ஒட்டி அலங்கரித்துக் கொள்ளலாம். நாம் போடும் உடையை நம் தோழிகள் பார்த்து இந்த உடை மிக அழகாக இருக்கிறதே எங்கே வாங்கினாய்? விலை மிக அதிகமோ என்று கேட்கும் போது நமக்கு மிகவும் சந்தோஷமாகவும் பெருமையாகவும் இருக்கும்.

- ஹபிபுன்னிஸாபேகம், மஹெருன்னிஸா பேகம்.

வீட்டிலேயே தயாரிக்கலாம் ரஜாய்!

பழைய சேலைகளை வீணாக்காமல் அழகிய ரஜாய் தைக்கலாம் வாருங்கள்.

வேண்டிய பொருள்கள் :

பழைய சேலை - 5

மேலே கவர் பண்ண நமக்குப் பிடித்த மான டிசைனில் 5 மீட்டர் காட்டன் துணி.

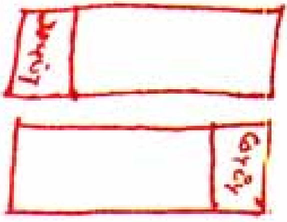
ரஜாய் மேல் பாட்ச் வொர்க்



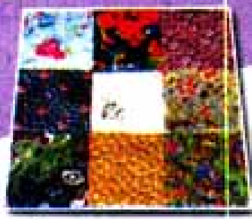
பண்ண சிகப்பு, பச்சை, மஞ்சள், கறுப்பு துணிகளில் ஒவ்வொன் றிலும் ¼ மீட்டர் வாங்கிக் கொள்ளவும். (அல்லது டெய்லர் கடைகளில் பிட் துணிகளை வாங்கியும் பயன்படுத்தலாம்) தைப்பதற்கு அந்தந்த கலர்களில் நூல்.

இப்போது தைப்பதைப் பார்ப்போம். சேலை ஒவ்வொன்றையும் இரண்டாக மடித்து நமக்கு வேண்டிய அளவில் வைத்துக் கொள்ளவும். ஒரு பெட்ஷீட் அளவு சரியாக இருக்கும். மீதிச் சேலையை வெட்டாமல் அப்படியே மடித்து வைத் துக் கொள்ளவும். அந்தத் துணியும் உள்ளே இருந்தால் நமக்கு இன்னும் ஸ்பான்ச்சாக இருக்கும். மடிப்போடு சேலையை மாற்றி மாற்றி ஒன்றன்பின் ஒன்றாக அடுக்கவும்.

ஒரு சேலையை இப்படி வைத்தால் மற்ற சேலையை இப்படியாக மடிக்கவும்.

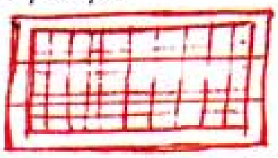


அடுக்கிய சேலைகளை ஒன்பது தையல் மெஷினில் வைத்து, நான்கு புறமும் தையல் போட வும். நான்கு புறமும் தையல் போட்டு மூடியதும், புதுத் துணியை அந்த அள விற்கு வெட்டி கவர் பண்ணி நான்கு புறமும் வைத்துத் தைக்கவும். தைத்ததும், பின்னர் பஞ்சு மெத்தைகளுக்குப் போடுவது போல் நீளமாக வும், குறுக்காக



வும் தையல் போடவும்.

தைத்த பின்பு மீதியிருக்கும் துணியை நீளமாக வெட்டி நான்குபுறமும் பைப்பிங் மாதிரி பிடிக்கவும்.



இப்போது ரஜாய் ரெடியாகி விட்டது. இனிமேல் ரஜாய்க்கு பாட்ச் வொர்க் பண்ணலாம் வாருங்கள். சிவப்பு, பச்சை, கறுப்பு, மஞ்சள் கலர்த் துணிகளை ஒரே அளவாக சதுரமாக வெட்டிக் கொள்ள வும். வெட்டிய பின் நான்கு பக்கமும் இலேசாக மடித்து, மடித்த பக்கம், உள்ளே வைத்து அந்தந்த கலர் நூலில் 'ஹெம்' தையல் தைக்கவும்.

நடுவிலும் இப்படி டிசைன் பண்ண லாம். இப்போது அழகிய ரஜாய் ரெடி. ரயில் பயணத்திற்கு எடுத்துச் செல்லலாம்

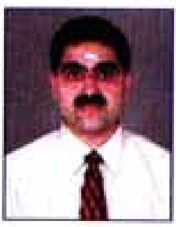
- எஸ். திலகா

என்றுமே... என்றுமே!

பல வாசகர்கள் உதானத்தை முறைப்படி செய்ய வழிமுறை என்ன என்று கேட்டுக் கடிதம் எழுதியிருக்கிறார்கள். இதைத் தெளிவுபடுத்த, உதானத்தைப் பிரபலப்படுத்த வெளிநாடுகளில் உள்ள சில திட்டங்களைப் பற்றிக் கூற விரும்புகிறேன். அமெரிக்காவில் பல மாகாணங்களில் நாம் கார் ஓட்ட லைசென்ஸ் வாங்கும் பொழுதே ''நீங்கள் உறுப்பு தானம் செய்ய விருப்பம் உள்ளவரா?'' என்று கேட்பார்கள். ஆம் என்று கூறினால் அந்த அட்டையிலேயே ''உறுப்பு தானம் செய்ய விருப்பம் உள்ளவர்'' (Organ Donor) என்று பதிவுசெய்து கொடுப்பார்கள். இது உங்கள் விருப்பத்தைத் தெரிவிக்க ஒரு வழிதானே தவிர இதில் எந்த ஒரு கட்டாயமும் கிடையாது என்பதையும் தெளிவாக விளக்குவார்கள். மேலும் பலர் 'டோனர் கார்ட்' என்று ஒரு அட்டையில் தங்களைப் பற்றிய முக்கியத் தகவல்களையும் தாங்கள் உறுப்பு தானம் செய்ய விரும்புவதையும் தெளிவுபடுத்தி, இந்த அட்டையை எப்பொழுதும் தங்களுடன் வைத்திருப்பார்கள். இத்தகைய அட்டை எந்த ஒரு அவசர நேரத்திலும் குடும்பத்தினரை அணுக உதவுவதோடு மட்டும் இல்லாமல் அவர்களது விருப்பத்தை மருத்துவர்களுக்கும் மற்ற குடும்பத்தினருக்கும் தெரிவிக்க உப்யோகமாக இருக்கும். சிலர் தங்களது விருப்பத்தைத் தெளிவாக எழுதி கையெழுத்திட்டு தங்கள் குடும்பத்தினரையும், சிலர் முறைப்படி வக்கீலையும் சாட்சிதாரராக வைத்துத் தெளிவாக இந்தப் பத்திரத்தைப் பதிவுசெய்தும் வைப்பார்கள். இவை அனைத்தும் நாமும் இந்தியாவில் செய்யலாம். ஓட்டுனர் லைசென்ஸில் இத்தகைய உன்னதமான எண்ணத்தை வெளிப்படுத்த அரசு உதவி செய்தால் உகந்ததாகும்.

மேலே கூறிய அனைத்து வழிகளும் உங்கள் விருப்பத்தை வெளிப்படுத்தினாலும், உயிர் பிரியும் போது இத்தகைய ஆசையை நிறைவேற்றுவது நாம் உயிரினும் மேலாக மதிக்கும் நம் குடும்பத்தினரின் கையில்தான் உள்ளது. சமீபத்தில் என் மனத்தை பாதித்த நிகழ்ச்சி : சாலை விபத்தினால் பாதிக்கப்பட்டு 'மூளை இறப்பு' (பிரெயின் டெத்) நிலையில் இருந்த ஒரு ஐம்பது வயதான நோயாளியின் குடும்பத்தினரை உதானத்திற்காக அணுகினோம். துயரத்தில் இருந்த அவர் குடும்பத்தினர் ''அவருக்கு விருப்பம் உண்டு. ஆனால் எங்களுக்கு அதில் சம்மதமில்லை'' என்று கூறினார்கள். குடும்பத்தில் ஒருவர் அந்த நோயாளி தன்னுடன் வைத்திருந்த 'டோனர் கார்ட்'டை கொண்டு வந்து காண்பித்து மற்றவர்களைச் சம்மதிக்க வைக்க முயன்றார். ஆனால் அவருடைய மனைவியும், மகள் ஒருவரும் 'டோனர் கார்ட் இருந்தால் என்ன? அவர் தன் விருப்பத்தை எங்களிடம் சொன்ன பொழுதே எங்களுக்குச் சம்மதமில்லை. அவரைச் சமாதானப்படுத்த இதைப் பற்றி பிறகு பேசலாம் என்றுதான் சொன்னோம். ஆனால் அவர் உடலை சிதைக்காமல் முழுவதுமாக எங்களை விட்டு செல்வதைத்தான் நாங்கள் விரும்புகிறோம்'' என்று திட்டவட்டமாகக் கூறியதால் நாங்கள் அதை மீறி எதுவும் செய்ய இயலாமல் இருந்தோம். ஒரு பழைய பாடல் எனக்கு ஞாபகம் வந்தது. (ஒரு சிறிய மாற்றத்துடன்) வாலி எழுதிய அந்தப் பாடலில் "என் உடலை மதித்திருந்தால் என்னை நீ மறந்து விடு, என் உயிரை நீ மதித்தால் 'மற்றவரை' வாழ விடு'' என்ற வரி இந்த நிலைமைக்கு மிகவும் பொருத்தமாக இருந்தது.

(உதானம் தொடரும்)



டாக்டர். என். ராமகிருஷ்ணன்

Looking for a Solution for Unwanted Hair?



Come to

Angels®
Advanced Clinic (P) Ltd

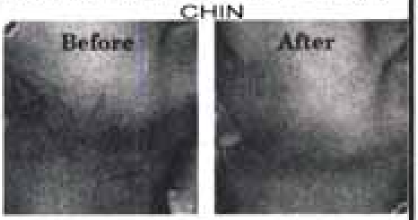
hair, skin & body care

Since 1991

Website: www.angelsadvancedclinic.com
Email: angels@angelsadvancedclinic.com

முகத்திலுள்ள தேவையற்ற ரோமங்களை நீக்குவதற்கு பலரும் எலக்ட்ராலிசிஸிஸ் போன்ற சிகிச்சைகளையே நாடுகின்றனர். இவை, தற்காலிகமான தீர்வையே தருகின்றன என்பதோடு பக்கவிளைவுகளையும் ஏற்படுத்தக்கூடும். ஆனால் ஏஞ்சல்ஸின் அட்வான்ஸ்டு லேசர் சிகிச்சை, ரோமங்களை வேர்களிலிருந்தே நீக்குவதால் அவை மீண்டும் வளர வாய்ப்பில்லாமல் போகிறது. இதில் லேசர் கதிர்களின் உதவியுடன் ரோமக்கால்களை வலுவிழக்கச் செய்வதன் மூலம் அனாவசிய ரோமங்கள் அறவே நீங்குகின்றன. இது பெண்களுக்கு மேல் தாடை - கீழ் தாடை - அக்குள் - வயிறு - மார்பகம் போன்ற பகுதிகளிலும் தேவையற்ற ரோமங்களை நீக்கி விடலாம்.

CHIN



We Know, you don't want to look like this...

Solutions for Hair Fall

முடி அடர்த்திஇன்மை, முடி கொட்டுதல் மற்றும் பொடுகு தொல்லை போன்ற அறிகுறிகளின் பயமா? கவலையை விடுங்கள். உங்கள் முடி சம்பந்தமான எல்லா பிரச்சனைகளுக்கும் ஏஞ்சல்ஸ் நிரந்தர தீர்வு அளிக்கின்றது. தலைமுடி உதிரவிடாமல் கட்டுப்படுத்தி அதனை வலுவூட்டும் சிகிச்சையான ஹேர் கேர் தெரபி மற்றும் ROOT STIMULATION சிகிச்சையின் மூலம் இப்போது இந்தியாவில், உங்கள் ஏஞ்சல்ஸில் கிடைக்கிறது. இச்சிகிச்சையின் மூலம் தலை முடி உதிர்தலை தடுத்து விடலாம். இதைப் பற்றி மேலும் அறிந்துகொள்ள கிளினிக்கை தொடர்பு கொள்ளுங்கள்.



மார்பகம் வளர்ச்சி பெற ஏஞ்சல்ஸை நாடுங்கள்



உடலமைப்பிற்கு ஏற்றவாறு மார்பகம் வளர்ச்சி அடையாத பெண்களுக்கு அட்வான்ஸ்ட் மசில் ஸ்டிமுலேஷன் தெரபி என்ற அதி நவீன சிகிச்சையின் மூலம் மார்பகத்தை சுற்றியுள்ள தசைகளை ஸ்டிமுலேட் செய்து சீரான மார்பக வளர்ச்சி பெற முடியும். இது Non-Surgical சிகிச்சையாகும்.

2B, 3rd Avenue, T-53/99, (Opp. 14 Shops) Rajeshwari Mansion, Anna Nagar, Chennai - 600 040.

Timings: 9 am to 7 pm (Open on all days)

Cell: 98400 46599. Ph: 044 - 52176679 / 26212547 / 26213468

● Hyderabad - (040)23222111, 55368999 ● Vijayawada - (0866)2477149 ● Vizag - (0891)2598697

● Rajahmundry - (0883)2461007 ● Bangalore - (080)51153995

[illegible]



ஒரு கோடி கண்கள் தேவை!

ஆயிரத்துக்கும் மேற்பட்டோரின் விழிகளில் ஒளியேற்றியிருக்கிறார் மதுரையைச் சேர்ந்த டி.ஏ. ஸ்ரீனிவாசன் (44). இவர், கடந்த 1997-ம் ஆண்டு துவங்கி இன்று வரை 850 ஜோடி கண்களைத் தானமாகப் பெற்றுள்ளார்.

எவரேனும் ஒருவர் காலமானதை அறிந்தால் அங்கு தயங்காமல் சென்று நிற்கிறார். இறந்தவரின் உறவினர்களிடம் இதமாகவும், பதமாகவும் பேசி கண் தானத்திற்குச் சம்மதிக்கச் செய்கிறார்.

கண் தானச் சேவைக்காக பல விருதுகளையும் இவர் பெற்றுள்ளார். ஆனால், இச் சேவையில் பல தர்மசங்கடங்களையும் இவர் சந்திக்க நேர்ந்திருக்கிறது. "இழவு வீட்டில் கண்களைப் பிடுங்க வந்தாயா?" என்று அடிக்க வந்தவர்கள் கூட உண்டு. கண் தானம் பற்றிய தன் அனுபவங்களை நம்முடன் பகிர்ந்துக் கொண்டார்.

"இறந்த பின் உடலை ஊனப்படுத்தக் கூடாது என்று நினைக்கிறார்கள். கண்களை எடுத்தால் அடுத்த பிறவியில் பார்வை தெரியாது என்பது போன்று நம்பிக்கைகளும் இருக்கின்றன. அதனால், இறந்தவர் வீட்டுச் சோகத்தில் பங்கேற்று துக்கம் விசாரித்த பின்தான் கண்தானம் பற்றி வாய் திறப்பேன். பலர் உயிருடன் இருக்கும் போது கண் தானம் அளிக்க உறுதி அளித்தாலும் அவர்களின் வீட்டுக்காரர்கள் பெரும்பாலும் தயங்கத்தான் செய்கிறார்கள். ஆனால் மண்ணாகவோ, சாம்பலாகவோ போகிற கண்களை தானமாகக் கொடுத்தால் புண்ணியம் என்று கூறி சம்மதிக்கச் செய்கிறேன்.

கண் தானம் குறித்த விழிப்புணர்வையும் ஏற்படுத்தி வருகிறேன். அது குறித்த தகவல்களை போஸ்டர்கள், ஸ்டிக்கர்கள், சினிமா ஸ்லைடுகள் மூலம் வெளியிடுகிறேன்.

நம் நாட்டில் தேவை ஆண்டுக்கு 1 லட்சம் கண்கள். ஆனால் கிடைப்பதோ 15,000 முதல் 17,000 கண்கள்தான். இந்தியாவில் ஒரு கோடி பேருக்கு மேல் பார்வையற்று இருளில் வாழ்கின்றனர். இவர்களுக்கு ஒளி கிடைக்கச் செய்ய கண் தானம் அதிகரிக்க வேண்டும்" என்று கூறும் இவர் தனது குடும்பத்தினரையும் கண் தானம் பெறும் பணியில் இணைத்திருக்கிறார்.

"எந்த வீட்டிலாவது சின்ன பந்தல் (பெரிய பந்தல் என்றால் திருமணமாம்) போட்டிருப்பதைப் பார்த்தால் என் இரு மகள்களும், 'சிலாஸ்ரீ', 'சுபஸ்ரீ' தகவல் தெரிவித்து விடுவார்கள். அடுத்த நிமிடம் அங்கு நான் ஆஜராகி விடுவேன்" என்கிறார் ஸ்ரீனிவாசன். அதோடு மட்டுமல்லாமல் இயன்றவரை பிறர்க்கு உதவி செய்யும் பாக்கியம் இறைவன் தமக்குக் கொடுத்திருப்பதாகவும், இத்தச் சேவையை இன்னும் தொடர்ந்து செய்யவும் அந்த ஆண்டவனின் பூர்ண அருள் வேண்டும் எனவும் மனமகிழ்ச்சியுடன் கூறுகிறார்.

பேட்டி : **எஸ். நௌஷாத்**

மங்கையர் சக்தி மகத்தான சக்தி
மங்கையர் மலர் வெள்ளிவிழா

ராசாத்தி டார்லிங்
நைட்டீஸ்
நிறுவனத்திலிருந்து
புதிய அறிமுகம்
ராசாத்தி டார்லிங்
உள்பாவாடைகள்

100 Colors
•
100% Cotton
•
Double Stitch
•
Perfect Match
•
Perfect Size

RASATHE
DARLING
உள்பாவாடைகள்

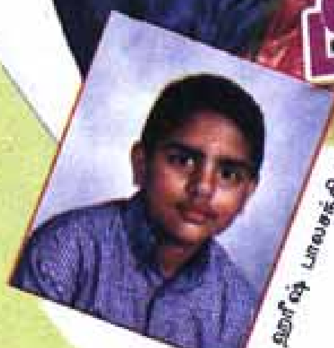
RASATHE GARMENTS
Madurai - 20.
Phone :
0452-3092431
Fax :
0452-2429103
e-mail :
rasathe@sancharnet.in





• ஜெயஸ்ரீ பாலசந்திரன்

எங்க வீட்டுப் பிள்ளைகள்!



• ஹரீஷ் பாலசந்திரன்

வாலிப வயதில் உள்ள ஆண் பிள்ளைகளை எப்படி தட்டிக்கொடுத்து வளர்ப்பதாம்? இந்த வயது அம்மாக்கள் தங்கள் வளர்ப்பு முறையை இங்கு பறைசாற்றுகிறார்கள்....

• மைதிலி நாகராஜன் தம் மகனுடன்...



• ஹரீஷ் ராஜசேகர்





• ஜெயந்தி ராஜசேகர்

அவர்கள் குழந்தைகள்...
அவர்கள் பெரியவர்கள்...
நிறைய கோபமும், நிறைய குறும்பும் கொண்டவர்கள்...

மூன்றாவது வீட்டிலிருந்து கேட்கும் ரஹ்மான் இசைக்குத் தாளம் போட்டபடி அருகில் அம்மா அழைப்பதை கவனிக்காதவர்கள்...

பாடத் திட்டத்தில் இல்லாதவற்றைப் பற்றி நிறைய... நிறையத் தெரிந்து வைத்திருப்பவர்கள்...

சுறுசுறுப்பானவர்கள்... சோம்பேறிகள்...

மிக மிக இனிமையான, மிக மிகக் குழப்பமான பருவத்தைக் கடந்து கொண்டிருப்பவர்கள்...

தோளுக்கு மிஞ்சினாலும் தோழமையைத் தராமல் குழந்தைத்தனமாக முறுக்கிக் கொள்பவர்கள்...

டீனேஜ், அடலசன்ட் என்றெல்லாம் ஆங்கிலத்தில் சொல்லும் அற்புதமான "முதிர் கிறார்" பருவம்...

மனசுக்குள், "நான் வளர்ந்தாச்சு..." என்ற கர்வம்...

கண்ணாடி போல இவர்களைப் பக்குவமாகக் கையாளுவது ஒரு தாயின் பெரிய பொறுப்பாகிறது...

பெண் குழந்தைகள் இருக்கட்டும்...

விடலைப் பருவத்து ஆண் குழந்தைகளை அன்னையர் எப்படிச் சமாளிக்கிறார்கள்?

பொறியியல் கல்லூரியில் இந்த வருடம்தான் நுழைந்திருக்கும் சரண் ராஜின் அம்மா, திருமதி லக்ஷ்மி கிரி ராஜ், ரயில்வேயில் பணிபுரிபவர்...

"நானும் என் பிள்ளையும் தோழர்

ஓம் நமசிவாய

"ஜோதிட ரத்னா"

டாக்டர் இலா.அம். கருணாகரன்



எதிர்கால பலன்கள்

ஸ்ரீ சுகர் அகத்தியர்

நாடி ஜோதிட நிலையம்

பழங்காலத்தில் வாழ்ந்த சப்தரிஷிகள், பதினெட்டு சித்தர்கள் வான் இயல், மருத்துவம், ஜோதிடம் ஆகியவற்றில் உள்ள இரகசியங்களை வாழையடி வாழையாக வரும் மனித சமூகம் தெரிந்து கொள்வதற்காக வேண்டி, ஓலைச் சுவடிகளில் எழுதி வைத்துள்ளனர். அவ்வாறு எழுதப்பெற்றஓலைச் சுவடிகள் மூலம் கை பெருவிரல் ரேகையைக் கொண்டும், ஜாதகத்தைக் கொண்டும், பிறப்பு முதல் ஆயுள் வரையிலான கல்வி, தொழில், வியாபாரம், உத்தியோகம், கலைப்பணி, பொதுப்பணி, திருமணம், திருமணத்தைப் பற்றிய விவரங்கள், குழந்தைகள், சொத்துக்கள் அடையும் காலங்களையும், கடன், வழக்கு, வியாதி, நட்டம், விரோதி, கண்டம் ஆகிய தீமைகளையும் அவற்றின் நிவர்த்திகளையும் போகர், சிவவாக்கியர், வசிஷ்டர் போன்றமகரிஷிகளால் எழுதப்பெற்றஓலைச் சுவடிகள் மூலம் படித்து எழுதியும் தருகிறோம்.

பழைய எண். 13/ புது எண் : 31
மன்னார் (ரெட்டி) தெரு,
(கிருஷ்ணவேணி தியேட்டர் அருகில்) தி.நகர்,
சென்னை-600 017, தென்னிந்தியா,
போன்: 24360244, 55398367.

மும்பை விலாசம் : No: C1, Flat No: 123, 12th Floor,
Shree Shubh Karma Co-operative Housing Society Ltd.,
SSS Nagar, Koliwada, Sion East, Mumbai-400 037.
Ph. : 022-24013484 / 39544019



"ஜோதிட ரத்னா"
டாக்டர் இலா.அம். கருணாகரன்

மண்ணில் நல்ல வண்ணம் வாழ எங்களை நாடி வாருங்கள்; நன்மைகள் பெறுவீர்.



* லக்ஷ்மி கிரிராஜ்

களாகவே பழகுகிறோம்.. என் அலுவலகத்தில் நடந்தது எல்லாம் அவனிடம் சொல்வேன். எனக்கு ஏதாவது பிரச்னை என்றால் அவனே கூட ஆலோசனை சொல்வதுண்டு. இந்த வயதுக்கே உரிய கோபமும் அடிக்கடி வரும். தொலைக்காட்சி மெகா தொடர்கள் பார்த்தால் அவனுக்குப் பிடிக்காது... நண்பர்கள் உண்டு.. எப்போதாவது சினிமாவுக்குப் போவான். ஆனால் நான் அவனிடம் எச்சரித்திருக்கிறேன்.

''நண்பர்கள் யாராவது... 'இப்படி நடப்பதுதான் வீரம்...' என்ற தவறான பாதைக்கு அழைத்தால் கேட்காதே... ஆறாவது அறிவை உபயோகப்படுத்தி விலகி விடு...'' என்று

* நிர்மலா வெங்கட்ராமன்



பிள்ளையே பொறுப்பை உணருமாறு செய்த புத்திசாலி அன்னை லக்ஷ்மி கிரிராஜ் என்றால், "கூடவே இருந்து என் பிள்ளைகளை என்கரேஜ் செய்வது என் வழக்கம்..'' என்பவர் திருமதி நிர்மலா வெங்கட்ராமன். இவர் யுனைடெட் இந்தியா இன்ஷூரன்ஸில் பணியில் இருப்பவர். நிறையப் பெற்றோர்கள் செய்யும் ஒரு பெரிய தவறை இவர் சுட்டிக்காட்டுகிறார்.

"நீ படிச்சுக் கிழிச்ச...!''

"இப்படி இருந்தியானா உருப்பட மாட்டே....!''

"நீயெல்லாம் வளர்ந்து பின்னால என்னை வச்சுக் காப்பாத்தவா போறே...'' என்று சர்வ சாதாரணமாக பெற்றோர் தனது இளம் குழந்தைகளைச் சொல்கிறார்கள்.

இது ரொம்பத் தவறு என்கிறார் திருமதி நிர்மலா வெங்கட்ராமன்.

இந்த மாதிரி எதிர்மறை எண்ணங்களை நாமே நம் பிள்ளைகள் மனதில் விதைக்கலாமா என்பது இவரது கேள்வி..

மிக நல்ல கேள்விதான்..

"இப்ப குழந்தைகள் ரொம்பத் தெளிவா இருக்காங்க. எந்தப் படிப்பு படிக்கணும்... அது கிடைக்கலேன்னா, மாற்றாக எந்த கோர்ஸ் சேரணும் என்றெல்லாம் நல்லா சிந்திச்சு முடிவெடுக்கிறாங்க...'' என்று சொல்லும் நிர்மலா, டீனேஜ் வயதுப் பையன்களைக் "கவனிப்பது தெரியாமல் கவனித்தபடி இருக்க வேண்டும்'' என்கிறார்.

பேசும் விதம், உபயோகிக்கும் வார்த்தைகள், நடத்தை இவற்றையெல்லாம் ஒரு தாய் உன்னிப்பாகக் கவனித்தால் போதும். ஏதாவது மாற்றம் தெரிந்தால் உடனே காரணத்தைக் கண்டுபிடித்து விடலாம்...''

மற்றபடி அவர்களது உடை, ஹேர்ஸ்டைல் இதிலெல்லாம் தலையிட்டு ரொம்பக் கட்டாயப் படுத்தக் கூடாது. ஓரளவு அவர்கள் போக்கிலேயே விட வேண்டும் என்கிறார்.... நிர்மலா வெங்கட்ராமன்.

தென்னக ரயில்வேயில் பணிபுரியும் திருமதி ஜெயந்தி ராஜசேகர், படிப்பு விஷயத்தில் தனது இரு மகன்களுடைய தேர்வுமே பிரமாதம் என்று பாராட்டுகிறார். "பெரியவன் சதீஷ், எம்.சி.ஏ. படித்து கணினி வேலைக்குச் சென்றிருக்கிறான்.

அடுத்தவன் ஹரீஷ், தனக்கு ஆடிட்டர் படிப்பு தான் தேவை என்று பி.காம்., சேர்ந்து விட்டான் என்கிறார். சாப்பாடு விஷயத்தில் ஹரீஷ் ரொம்ப கறார்! இதுதான் வேண்டும் என்று குழந்தை மாதிரி அடம்பிடிப்பான் என்று



கேன்ஸர் நோயா ?



Dr. K. Sri Sridar

கவலைப்பட வேண்டியதில்லை.

குருபாலா கிளினிக்கின் Herbal Oncology™ சிகிச்சை

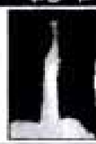
மீண்டும் மகிழ்ச்சியை உங்கள் இல்லத்திற்கு கொண்டு வருகிறது.

உணவுக்குழாய் புற்றுநோய்



X-RAY dt.04.05.05

CA OESOPHAGUS BEFORE TREATMENT.POST CT / FAILED



X-RAY dt.15.06.05

CA OESOPHAGUS AFTER HERBAL ONCOLOGY

Liver Cancer

எனக்கு லிவர் கேன்சர், 31-8-2004 அன்று உங்களை சந்தித்தேன். அப்போது 165 Sq.Cm. அளவுக்கு லிவரில் பெரிய புற்று நோய் கட்டி இருந்தது. உங்கள் மருந்து எடுத்தபிறகு 02-05-05 அன்று ஸ்கேன் செய்து பார்த்ததில் லிவரில் கட்டியே இல்லை Normal Study என்று வந்துவிட்டது. டாக்டர்கள் இதை Miraculous Cure என்கிறார்கள்.

Liver shows uniform echopattern with no evidence of focal or diffuse pathology. Intra and extra hepatic biliary passage are not dilated.



IMPRESSION: NORMAL STUDY

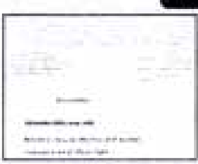
S.R. லக்ஷ்மி, வடபழனி, சென்னை.

Sacral Chordoma

நான் Sacral Chordoma - எனும் கேன்சரால் அவதிப்பட்டு சென்னையிலுள்ள பிரபல மருத்துவமனையில் சிகிச்சைக்குச் சென்றேன். கடந்த வருடம் நவம்பர் மாதம் எனக்கு ஆபரேஷன் செய்வதாக சொல்லி டாக்டர்களால் அலைக்கழிக்கப்பட்டு வந்தேன். டிசம்பர் 18ம் தேதி முதல் உங்கள் மருந்தை எடுத்துக் கொண்டு வருகிறேன். வலி என்பதே தற்போது இல்லை. மோஷனும் நார்மலாகி விட்டது. (மோஷன் போகவில்லை என்று தான் ஆபரேஷன் என்றார்கள்) உங்கள் அறிவுரைப்படி நான் ஊருக்குத் திரும்பி பழையபடி என் வேலையை பார்க்கத் துவங்கி விட்டேன்.

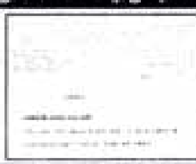
A. வரதராஜன், திருச்சி 12.03.2005

மார்பக புற்றுநோயிலிருந்து நுரையீரல் புற்றுநோய்



X-RAY dt.05.04.05

Bilateral lung secondaries with minimal residual pleural fluid right.



X-RAY dt.05.06.05

Lungs are Clear. Specifically there is no evidence of secondaries; heart size and shape are normal.

கை விடப்பட்ட கேன்ஸரா ? கவலை வேண்டாம்

எல்லாவித புற்று நோய்க்கும் சிகிச்சை உண்டு. நோயாளி நேரில் வர வேண்டியது இல்லை. முழுமையாக எல்லா ரிப்போர்ட்டுகளையும் அனுப்பி வைக்கவும். Herbal Oncology™ சிகிச்சை என்பது டாக்டர் கே. ஸ்ரீ ஸ்ரீதர் வடிவமைத்த அற்புத முறையாகும். பத்தியம் இல்லை. மற்ற மருந்துகளோடும் சேர்த்து சாப்பிடலாம். வாழும் போது நோய் தொந்தரவு குறைந்து நிம்மதியாக சந்தோஷமாக வாழலாம். அவர்களின் வாழ்நாள் 40% அதிகரிக்க முயற்சிக்கலாம். இதற்கு சிறப்பு மூலிகை சிகிச்சை பயனுள்ளதாக அமைகிறது. டாக்டர்களால் கைவிடப்பட்ட நோயாளிக்கும் உடனே நன்மை அளிக்கிறது.

Royale Apartment, 6, Mannar Reddy Street, (Opp. Street to T.Nagar Bus Terminus)T.Nagar, (Next to Krishnaveni Theatre) Chennai - 600 017. **CLINIC :** Ph : 044 - 24339596
Res : 044 - 55872782, Cell : 98401 48808

TIMINGS : 10.00 am to 5.30 pm

On **Sundays** : 10.00 am to 12.00 Noon

Gurubalaa Clinic

Speciality Clinic for Herbal Oncology™ and Asthma

அனைத்து நோய்களுக்கும் சிகிச்சை அளிக்கப்படும்.

FREE Seminar on Herbal Oncology and Asthma on 18th September, at Narada Gana Sabha, Chennai, from 10 AM to 1 PM

நேரில் வரமுடியாதவர்கள் தங்கள் நோயின் விவரத்தை எழுதி அனுப்பினால் கூரியர் மூலம் மருந்துகள் அனுப்பி வைக்கப்படும்.

சிரிக்கிறார் ஜெயந்தி ராஜசேகர்.

"உங்கள் பிள்ளைகளின் நண்பர்கள் விஷயத்தில் எப்படிக் கவனம் செலுத்து கிறீர்கள் ஜெயந்தி..?"

தனக்கு அவர்கள் மேல் பூரண நம்பிக்கை இருக்கிறது என்கிறார்.

"கோ-எஜுகேஷன் கல்லூரியில் அவர்கள் படிப்பதால், குறுகலான புத்தி யுடன் பார்ப்பதை விட்டு, நாமும் கொஞ் சம் சோஷியலாகத்தான் இருக்க வேண் டும்..." என்பது ஜெயந்தியின் எண்ணம்.

"கூடப் படிக்கும் தோழிகள், தோழர் கள் எல்லாரையும் எங்களிடம் சொல்லி விட்டுத்தான் போவார்கள். அவர்கள் விஷயத்தில் தன்னம்பிக்கையும்; தைரிய மும் எனக்கு நிறையவே உண்டு. அந்த நம்பிக்கை அவர்களை நல்வழிப்படுத்தும்" என்று ரொம்ப பாஸிடிவ்வாக பேசுகிறார் ஜெயந்தி ராஜசேகர்.

திருமதி மைதிலி நாகராஜன், இல்லத் தரசியான இவர், தனது மகன் கார்த் திக்கை, "ரொம்ப நல்ல பையன்..." என்று பெருமிதமாகச் சொல்கிறார்.

"என்ன, கொஞ்சம் இந்த சாமான் களை, புத்தகம், பணம் இவற்றையெல் லாம் ஆர்கனைஸ்டு ஆக வைக்கப் பழகிக் கொண்டான் என்றால்... பிரமாதமாயிருக் கும்..." என்றும் கொஞ்சம் ஆதங்கப்படு கிறார் திருமதி மைதிலி நாகராஜன். "அதைச் சொன்னால்... (அந்த வயசுக்கே உரிய) கோபம் வந்து விடுகிறது...

மற்றபடி, நண்பர்களை மிக ஜாக் கிரதையாக தேர்ந்தெடுத்துதான் பழகு வான்... எனவே "நண்பர்களோடு சுற்று வது" போன்ற விஷயங்களில் அவனைப் பற்றிக் கவலைப்பட வேண்டாம்..." என் கிறார் இவர்.

"இசை கேட்பதிலும் கம்ப்யூட்டர் மல்டி மீடியாவிலும் அவனுக்கு ஆர்வம் அதிகம். அதையெல்லாம் நாங்கள் என்கரேஜ் செய்துதான் வருகிறோம்..."

உணவு விஷயத்தில்...?

"ஃபாஸ்ட் ஃபுட் பிடிக்காத குழந்தை கள் உண்டா இப்போதெல்லாம்..." என்ற பதில் வருகிறது.

இந்தியச் சூழ்நிலை இருக்கட்டும்.

கனடாவில் வசிக்கும் திருமதி ஜெயஸ்ரீ பாலசந்திரன் 15 வயது ஹரீஷ், 8 வயது கிரீஷ் ஆகியோரின் அம்மா சொல்கிறார்...

"அந்த ஊரில் நம்ம கலாசாரப் பின் னணியில் இந்தப் பசங்களை வளர்க்கிறது சவால்தான். தெருவிலும் பொது இடங் களிலும் வெளிநாட்டினர் நடந்து கொள்ளும்விதம் நமக்குப் பழக்க மில்லாதது.

படிப்பைப் பொறுத்தவரை ஒரு பிரச் னையும் இல்லை. தேவையான சப்ஜெக்ட் எடுத்துப் படிக்கலாம். ஆனால் இங்கே போல பத்தாம் வகுப்புக்கு மேல்தான் சாய்ஸ்.

"கோவில், பஜனை, பூஜை என்று எங்கே நடந்தாலும் அழைத்துப் போகி றோம்... வீட்டில நம்ம சாப்பாடுதான்."

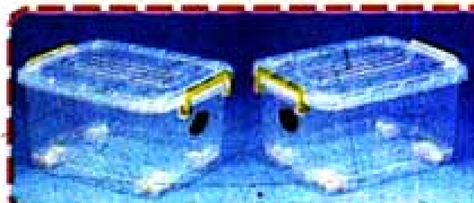
"பிள்ளைகளும் நம்மிடம் சில விஷ யங்களை எதிர்பார்க்கிறார்கள்..." என் கிறார் ஜெயஸ்ரீ.

"நாம்ப கத்திப் பேசினாலோ, வம்பு பேசினாலோ அவுங்களுக்குப் பிடிக்கற தில்லே. அதே மாதிரி ஏதோ அவசரமா வெளியே கிளம்பறோம். இப்படியே இருக்கட்டும்னு ஏனோதானோ என்று டிரஸ் பண்ணிட்டுப் போனா அவுங்களுக் குப் பிடிக்காது...

உரிமையோடு சண்டை போடுகிறார் கள்" என்று பெருமையோடு குறிப்பிடு கிறார் ஜெயஸ்ரீ பாலசந்திரன்.

"எங்கே வசித்தாலும் அப்பா அம்மா வின் வளர்ப்பு முறைதான் முக்கியம்" என்பது ஜெயஸ்ரீ பாலசந்திரனின் உறுதி யான கருத்து.

- பத்மினி பட்டாபிராமன்



ஊறுகாய், உப்பு முதலியவற்றை பிளாஸ்டிக் டப்பாக்களில் வைக்கக் கூடாது. அப்படி வைத்தால் அவை பிளாஸ்டிக்குடன் வேதிவினை புரிந்து உடலுக்குக் கெடுதல் உண்டாக்கும்.

- விஜயா சுந்தர்ராஜன்.

கணினி அறி நீ!

ஹாய்...

ஹாய்... ஹாய்... வந்துட்டேன் உங்க கிளியக்கா. எல்லாம் ஆடித் தள்ளுபடியில என்ன வாங்கிக் குவிச்சீங்க? ம்... கொடுத்து வைச்சவங்க. எங்க தோப்புல சப்பா வாழைப்பழும் மட்டும் தாங்க கிடைக்குது!

ஓகே. இந்த மாதம் 'ஆண்கள் ஸ்பெஷல்'ன்னு நம்ம ஆபீஸ்ல சொல்லும் போதே என் மூக்கு மாதிரியே கன்னமும் செவந்து போச்சு. எதிர்த்தாப்புல ஆண் கிளி பறந்து வந்தாலே கூச்சத்துல தலை கவிழ்ந்துப்பேன். அப்படிபபட்ட என்னைப் போய்... ஓகே. ஓகே. இட்ஸ் ஆல் இன் த கேம்யா!

குமரன், அருண், கிரி, ஜோதி பிரகாஷ், கிறிஸ்டோபர், பிரேம்குமார், ராஜசேகர், வேல்முருகன்... இவங்கதான் நம்மளோட இந்த மாத பில்கேட்ஸ். ஓகே. ரெடி ஸ்டார்ட்... 1... 2... 3! (பாடலோடு அரட்டை ஆரம்பிக்கின்றனர்) பச்சைக் கிளி... முத்துச்சரம்... முல்லைக் கொடி யாரோ... அடியே கிளியே... உன்னை எந்தன் நெஞ்சில் வைப்பேன்...

('டாய்ய்ய்ய்...ய்' என கிளி சவுண்டு விட, பாடல் நிறைவு பெறுகிறது).

பிரேம்குமார் : மச்சான் நமக்கும் இந்த பில்கேட்ஸுக்கும் ஒரே அலை வரிசை தான் தெரியுமா?

கிறிஸ்டோபர் : அடடடா.... மங்கையர் மலர்ல வந்தும் இவன் சீன் போடறாண்டா

ராஜசேகர் : கேள்றா. ஒருத்தருக்கு ஒருத்தர் எந்தத் தொந்தரவும் தரக் கூடாதுன்னு ரொம்ப உறுதியா இருக்கோம்(!) பாரேன், இதுவரைக்கும் பில்கேட்ஸ் என் வீட்டுப் பக்கமே வந்ததில்லை. நானும் எத்தனையோ முறை யு.எஸ். ட்ரிப் அடிச்சிருக்கேன். பில்கேட்ஸ் வீட்டுப் பக்கமே போகலையே! (என்று காலரை உயர்த்திக் கொள்ள எல்லோரும் ஒருவரையொருவர் பார்த்துக் கொள்கிறார்கள்.)

வேல்முருகன் : உஸ்... இவனை மாதிரி ஆளுங்களையெல்லாம் என்னதான் ரீட் பண்ணாலும் திருந்தவே மாட்டாங்க. இப்படித்தான் ஒருத்தன் ரோட்ல நடந்து போன போது வாழைப் பழத்தோல்ல வழுக்கி விழுந்தானாம். மறுபடியும் எழுந்து நடந்து போயிட்டிருந்த போது இன்னொரு வாழைப்பழத்தோல் கீழே கிடந்ததாம். அதுக்கு அவன் நினைச்



• இந்த மாத பில்கேட்ஸ்...

சானாம், "அச்சச்சோ, இப்ப நாம மறு படியும் வழுக்கி விழணும் போலிருக்கு."

கிளி : (இடைமறித்து) அவர்கிட்டே நான் ஸாரி சொன்னதா சொல்லிடுங்க. மரத்தடியில உட்கார்ந்து வாழைப் பழத்தை முழுங்கிட்டு தோலை ரோட்ல போட்டது நான்தான். ஹா.. ஹா... ஹா...

குமரன்: உருப்படியா ஏதாவது பேசு வோமே. டிகிரி வரைக்கும் எந்தப் படிப்பு படிச்சாலும், கடைசியா சாஃப்ட்வேர் இன்ஜினியரா ஆகத்தான் எல்லோரும் விரும்பறாங்க. இதை மனசுல வைச்சுத் தான் அரசாங்கம் சென்னையில டைடல் பார்க் இருக்கிற பகுதியை ஐ.டி.. காரிடரா மாத்திட்டிருக்கு. கம்ப்யூட்டர் கம்பெனி களுக்குத் தேவையான எல்லா வசதிகளும் அங்கே செய்து தரப்படுது.

ஜோதி பிரகாஷ்: இது பச்சைக் கிளி. அவரு படிப்புப் புலி. அப்புறம் கையில வாட்ச் கட்டறோமோ இல்லையோ, எல் லார் கையிலும் கண்டிப்பா செல்ஃபோன் இருக்கு; இந்தியாவுல மட்டும் இன்றைய தேதியில ரெண்டு கோடி பேர்கிட்ட செல் ஃபோன் இருக்காம். ஒருத்தர் பேங்குக்கு போனப்போ அங்கே 'செல்ஃபோனை உப யோகிக்காதீர்கள்'னு போர்டு மாட்டி யிருந்ததாம். உடனே அவர் என்ன பண் ணினார் தெரியுமா? தன் நண்பர்களுக்கு எல்லாம் ஃபோன் பண்ணி என்னை யாரும் கூப்பிடாதீங்க. இங்கே நான் செல்ஃபோன் பயன்படுத்தக் கூடா துன்னு சொன்னாராம். ஹேற கிளி. உன் செல் நம்பர் என்ன?

கிளி : அஸ்குபுஸ்கு. அது என் பாய் ஃபிரெண்டுக்கு மட்டும்தான்.

அருண் : ம்... இன்னைக்கு எல்லாமே 'அண்ணலும் நோக்கியா அவளும் நோக் கியா'தான். மச்சான் இந்தக் காதல்ல பொண்ணுங்க நமக்கு தண்ணி காட்றாங் கடா. காதல் எச்சரிக்கை உணர்வுகளை நமக்குள்ளே இன்ஸ்டால் பண்ணி தெளி யக் கத்துக்கணும். வானம் மோடமா (modem) இருந்தா 'கண்ணே, என் முன்னே, வா பின்னே வறுமையிலும் தின்போம் மண்ணே'ன்னு எசகுபிசகா வானம் பார்த்து கவிதை எழுதி ஃபீல் ஆயிடக் கூடாது. கிளியை சாட்சியா வைச்சுக் கிட்டு இந்த ரிசொல்யுஷனை கொண்டு வருவோம்.

கிரி : அட்றா.. அட்றா.. சரிங்க பிடிங்க ஒரு நெட் ஜோக் : ஒரு ஹோட்டல்ல சர்வர் காப்பி கொண்டு வந்து வைச்சா ராம். அதுல ஈ மிதந்துட்டு இருந்ததைப் பார்த்து ஆர்டர் பண்ணியவர் "என் னப்பா ஈ செத்துக் கிடக்குது"ன்னு கேட் டாராம். அதுக்கு சர்வர், "ஏன் சார் காப்பி யும் சூடா இருக்கணும். ஈயும் சாகக் கூடா துன்னா எப்படி?"ன்னாராம்.

கிளி : ஹா.. ஹா... ஹா... போன தடவை நான் சந்திச்ச ஆந்திரா பொண் ணுங்க ஒரு ஜோக்ஸ் சொன்னாங்க. அதை நான் இப்ப செப்பண்டி.. ஒரு ஆந்திரா பையனை ஜேம்ஸ் பாண்ட் சந்திச்சு "என் பேரு பாண்ட். ஜேம்ஸ் பாண்ட்"ன்னு பந்தாவா சொல்லிட்டு "உங்க பேரு"ன்னா ராம். அவ்வளவுதான், அந்த ஆந்திரா பையன் சொன்னானாம்.

"நான் சாய்.. வெங்கட சாய்... சீதா ராமஞ்சேயலு ராஜசேகர ஸ்ரீனிவாசலு லக்ஷ்மி - நாராயண ஷிவா வெங்கட சாய்"னு சொல்ல, ஜேம்ஸ் பாண்ட் மயங்கி விழுந்துட்டாராம்.

தொகுப்பு :
ச.ந. கண்ணன்
படம் : **ஸ்ரீஹரி**





உலகெங்கிலும் உள்ள பெண்களுக்கெல்லாம் பொதுவான ஒரு குறை உண்டு. "என்னை என் கணவர் புரிஞ்சுக்கறதேயில்லை, வீட்டு வேலையில் ஒத்தாசை பண்ணுவதில்லை, குழந்தைகளுக்கு ஹோம்-ஒர்க் சொல்லித் தருவதில்லை. என் பிறந்தக வீட்டினரைக் கட்டோடு பிடிப்பதில்லை..." (50 வருடங்களுக்குப் பிறகும்!) "பீத்த கிரிக்கெட் மாட்சில் உட்கார்ந்தால் நானென்ன ரம்பை ஊர்வசி வந்தாலும் டோண்ட் கேர்தான்..." லிஸ்ட் போய்க் கொண்டேயிருக்கும்.

அது சரி, ஆண்கள் என்ன சொல்ல வருகிறார்கள்? 'எங்களைப் போட்டுக் கொடுக்காதிங்க ப்ளீஸ்' என்று இறைஞ்சியதால் பெயர் சொல்ல மாட்டோம்.

பொதுவாகப் பெண்கள் வாயால் என்றுமே கேட்க முடியாத சில கமெண்ட்களை ஆண்கள் கோடிட்டுக் காட்டினர். இப்படிப் பேசும் பெண்கள் புவியில் இருந்தால் காண்பிக்கவும் என்றனர். பார்க்கலாமா என்னென்னவென்று...

☺ இன்னிக்கு சண்டேவும் அதுவுமா எதுக்குங்க ஒட்டடையெல்லாம் அடிச்சுண்டு, ஜாலியா ஃப்ரெண்ட்ஸோட அரட்டையடிச்சுட்டு வாங்க...

☺ என்னது... எனக்கு இன்னிக்கு பர்த்டேயா? இதெல்லாமா ஞாபகம் வச்சுப்பாங்க?

☺ இன்னிக்கு சீரியல் வேண்டாம்... மொட்டை மாடியில் உட்கார்ந்து பேசலாமா?

☺ ஆடித் தள்ளுபடியெல்லாம் சும்மா கண் துடைப்புங்க. எனக்கு இந்த சேல் மீது துளிக்கூட நம்பிக்கையே கெடையாதுங்க.

☺ எங்க பிறந்த வீட்டு மனுஷங்களுக்கு ஆனாலும் வாய்க் கொழுப்பு ஜாஸ்திங்க... வெகுளியா இருக்கற உங்க வீட்டுக்காரங்களை என்ன பாடுபடுத்திட்டாங்க...

☺ இனிமே சம்பளப் பணம், போனஸ் அப்படின்னு என் கையில பணமெல்லாம் தர வேண்டாம்.

☺ சுமாரா கண்றாவியா இருக்கற என்னை நீங்க, சொஜ்ஜி பஜ்ஜி சாப்பிட்டவுடனேயே எஸ்ஸுன்னு சொல்லிக் கல்யாணம் பண்ணின்டீங்களே... மறக்கவே முடியாதுங்க.

☺ ஏங்க தீபாவளிக்கு எனக்கு வாயில் புடவையும் அத்தைக்கு நல்ல கெட்டி ஜரிகை போட்ட புடவையும் வாங்கிடலாம்ங்க...

அடடா... இத்தனை சோகமா ஆண்களுக்கு? பெண்களே உங்கள் பதிலென்ன?

- லதா சேகர்

பெண்கள் வாயால் கேட்கமுடியாதது



நான் ஸ்டிக்
என்றாலே
மரக்கரண்டிகள்
தானா ?
Unique 3 layer coating
enables scratch resistance
இல்லை! இதோ வந்து விட்டது Premier Astral நான் ஸ்டிக் குக்வேர். மரக்கரண்டிகள் தான் உபயோகிக்க வேண்டும் என்ற நிர்ப்பந்தம் இல்லை. 3 முறை கோட்டிங் செய்திருப்பதால் திடமான மேற்பூச்சு கொண்டது. ஸ்டீல் கரண்டிகளை தாராளமாக உபயோகிக்கலாம். கீறல் விழாது. நீடித்து உழைக்கும். அழகிய வடிவமைப்பு.
Premier
Astral Non-Stick Scratch Resistant Cookware

கொழுக்கட்டை

கொழுக்கட்டை செய்யும் போது கவனத்தில் கொள்ள சில யோசனைகள் :

❁ தேங்காய்ப் பூரணம் செய்வதற்கு தேங்காய் மிக இளசாகவும் இருக்கக் கூடாது. நிறைய துருவல் வரும் வகையில் அடர்த்தி நிறைந்ததாகவும் இருக்க வேண்டும். பூரணத்திற்கு துருவும் போது பெரிது பெரிதாகக் கீற்றாக விழுந்து விட்டால் அதை மிக்ஸியில் ஒரு சுற்றுச் சுற்றி அரைத்து விட்டுப் பிறகு வெல்லப் பாகில் போட்டால் பூரணம் சூப்பராக வரும்.

❁ கடலைப் பருப்பு பூரணம் செய்யும் போது அதை மசிய அரைக்கக் கூடாது. மசிய அரைத்தால் சதசதவென சுவையாக இருக்காது. ஒன்றிரண்டாக அரைத்து கொஞ்சம் நெய் சேர்த்து சுருளக் கிளறிய பிறகு ஏலக்காய்ப் பொடி, தேங்காய்க் கீற்றை நெய்யில் வறுத்துப் போட்டு பூரணம் செய்து கொழுக்கட்டை பிடித்தால் பிரமாதமாக இருக்கும்.

❁ கொழுக்கட்டை மேல் தோல் அரிசி மாவில் செய்யாமல் மைதா மாவை நீர் விட்டுக் கரைத்து அடுப்பில் வைத்து கொதிக்க விட்டு கொஞ்சம் எண்ணெய் விட்டு கட்டி தட்டாமல் கிளறி இறக்கி அதைச் சிறிதாக எடுத்து அகலமாக்கி செப்பு செய்து பூரணம் வைத்து வேகவிட்டால் கொழுக்கட்டை சூப்பராக இருக்கும்.

- ஆர். ஜெயலெட்சுமி.

❁ தேங்காயைத் துருவி சிறிது பால் விட்டு ஏலத்தை உரித்துப் போட்டு நைஸாக அரைத்துக் கொள்ளவும். அரைத்த விழுது, வெல்லம் போட்டுக் கிளறும் போது 4 ஸ்பூன் நெய் விடவும். பச்சரிசியை ஊறவைத்துப் பாலவிட்டு அரைத்து தோசை மாவு பதத்துக்கு நீர் விட்டுக் கரைக்கவும். மாவை அடி கனமான உருளி அல்லது பிரஷர் பானில் விட்டு உப்பு சேர்த்து நல்லெண்ணெய் ஐந்து ஸ்பூன் விட்டுக் கிளறவும். அடுப்பை மெலிதாய் எரியவிடவும். மாவு வெள்ளை வெளேர் என்று இருக்கும் மெல்லிய கிண்ணம் செய்ய மேல் மாவு மெலிதாக இருந்தால் கொழுக்கட்டை இனிப்பாக இருக்கும். பால், நெய் சேர்ப்பதால் சுவையோ சுவை.

- அ. ருக்மணி.

அவல் கொழுக்கட்டை

❁ அவலை ஊறவைத்து ஒரு மணி நேரம் கழித்து பிழிந்து மாவாக அரைத்துக் கொள்ள வேண்டும். பிறகு அதனைச் சிறிய உருண்டைகளாக உருட்டி கொழுக்கட்டை செய்து, அதனுள் தேங்காய், சர்க்கரை, ஏலக்காய் கலந்து பூரணம் செய்து வைத்து, ஆவியில் வேகவைத்து சூடாகச் சாப்பிட்டால் மிகவும் ஜோராக இருக்கும்.

- பிரேமா சாந்தாராம்.

கேழ்வரகுக் கொழுக்கட்டை

❁ கேழ்வரகு மாவை வாசனை வரும் வரை வறுக்கவும். அதனுடன் நெய், பால், தேங்காய்த் துருவல், ஏலக்காய்ப் பொடி எல்லாம் போட்டுப் பிசிறி, சர்க்கரை கலந்த நீர் விட்டுப் பிசைந்து, கொழுக்கட்டை வடிவில் பிடித்து, குக்கரில் இட்லித் தட்டில் வேக வைத்து எடுத்தால் சுவையான, சத்தான கேழ்வரகுக் கொழுக்கட்டை ரெடி.

- ஆர். ராஜலட்சுமி.

❁ கொழுக்கட்டைக்குக் கிண்ணம் செய்ய சில பேருக்குச் சரியாக வராது. கையால் செய்யும் போது நேரமும்

ருசிக்க...

ஆகும். அதற்கு எலுமிச்சம் பழம் சாறு பிழியும் ஜூசரில் சிறிது எண்ணெய் தடவி மாவை உருட்டி வைத்து லேசாக பிரஸ் செய்தால் அழகான ஒரே அள வான கிண்ணங்கள் தயார். நேரமும் மிச்சம்.

- ஆர். பாரதி மகேஷ்.

பால் கொழுக்கட்டை

தேவையான பொருள்கள் :

அரிசி மாவு (பச்சரிசி) - 2 கப்,
பால் - ½ லிட்டர்,
தேங்காய்த் துருவல் - ½ கப்,
வெல்லம் - ¼ கிலோ,
ஏலப்பொடி, உப்பு - சிறிதளவு,
நெய் - 2 ஸ்பூன்.

செய்முறை :

பதப்படுத்தப்பட்ட அரிசி மாவை 2 தம்ளர் நீரில் கொதிக்கும் பொழுது சிறிது, சிறிதாகப் போட்டு தேங்காய்த் துருவலும் போட்டு நன்றாகக் கிளறவும். 2 ஸ்பூன் நெய் விட்டு கிளறி இறக்கவும். ஆறியவுடன், பாலைக் காய்ச்சி, கொதிக்கும் பொழுது, மாவை சிறு சிறு உருண்டைகளாக்கி (நெல்லிக்காய் அளவு) பாலில் போடவும். ஒரு கொதி வந்தவுடன் இறக்கி ஆற விடவும்.

வெல்லத்தை ½ கப் தண்ணீரில் பாகு வைத்து ஏலப்பொடி போட்டு கெட்டியானவுடன் இறக்கி ஆறிய பிறகு பால் கொழுக்கட்டையில் கலந்தால் சுவையான பால் கொழுக்கட்டை ரெடி.

- என். மாலதி,
சென்னை - 87.

உகடிச்சா மோதக்

ஒவ்வொரு மாதமும் வரும் "ஸங்கஷ்டி" அன்று இந்த "உகடிச்சா மோதக்" செய்து மராட்டியர்கள் கணபதியானுக்கு நிவேதனமாகப் படைத்து வணங்கி வழிபடுகிறார்கள்.

தேவையான பொருள்கள் :

நல்ல தேங்காய் (துருவியது) - 2 கிண்ணம்,
வெல்லம் (பொடித்தது) - 1 கிண்ணம்,
சாரோலி (சாரைப் பருப்பு)
(பாயசத்தில் போடுவது ஃப்ரெஞ்ச் கலரில் சிறியதாக இருக்கும்) - 1 டேபிள் ஸ்பூன்,
ஏலம் (பொடித்தது) -



¼ டேபிள் ஸ்பூன்,
நல்ல நெய் - 1 டேபிள் ஸ்பூன்,
அரிசி மாவு - 2 கிண்ணம்,
பொடி உப்பு - தேவையானது,
தண்ணீர் - தேவையானது.

செய்முறை :

முதலில் தேங்காய்த் துருவல், வெல்லப் பொடி ஆகியவற்றைக்

கலந்து அடி கனமான பாத்திரத்தில் போட்டு அடுப்பின் மீது வைத்துக் கிண்டவும். இத்துடன் சாரோலி மற்றும் ஏலப் பொடியைக் கலக்கவும். பூரணமாக ஆன பிறகு இறக்கி வைக்கவும்.

மற்றுமொரு அடிகனமான பாத்திரத்தில் 2½ கிண்ணம் தண்ணீர் விட்டு, சிறிது உப்பு மற்றும் அரை ஸ்பூன் நெய் விட்டுக் கொதிக்க விடவும். இத்துடன் அரிசி மாவைப் போட்டு நன்றாக கிண்டிக் கீழே இறக்கவும்.

நன்கு ஆறியபின் மாவைச் சேர்த்துப் பிசையவும். பின்னர் உருண்டைகளாக உருட்டி அதன் நடுவே கொஞ்சம் பூரணத்தை வைத்து கொழுக்கட்டை மாதிரி செய்து ஆவியில் வைத்து எடுக்கவும்.

- ஆர். மீனலதா,
மும்பை.

எள்ளுப் பூரணம்

மேல் மாவு வழக்கம் போல் தயாரித்து ஓர் ஈரத் துணியில் சுற்றி வைக்கவும். அம்மணி தட்டாமல் (கட்டி தட்டாமல்) இருக்கும்.



கறுப்பு அல்லது வெள்ளை எள் - ½ கப்,
பொடித்த வெல்லம் - ¼ கப்,
ஏலப்பொடி - ½ டீஸ்பூன்.

செய்முறை :

எள்ளைக் களைந்து கல் அரித்து வடிய வைத்து, உலரவைக்கவும். அடுப்பில் ஒரு கடாயைச் சூடுபடுத்தி மிதமான தீயில் எள்ளைப் படபடவெனப் பொரிக்கவும். ஆறிய பிறகு மிக்ஸியில் எள், வெல்லப் பொடி, ஏலக்காய் எல்லாவற்றையும் ஒரே சுழற்றலில் பொடியாக்கி எடுத்து வைக்கவும்.

மேல் மாவில் எண்ணெய் தொட்டுக் கொண்டு கிண்ணம் போல் செய்து எள் பூரணத்தை வைத்து மூடி வேக விடவும்.

உளுத்தம் பூரணம்

தேவையான பொருள்கள் :
உளுத்தம் பருப்பு - ½ கப்,
பச்சை மிளகாய் - 4,
உப்பு - தேவையான அளவு
எண்ணெய், கறிவேப்பிலை, கடுகு, பெருங்காயம் - தாளிக்க.

செய்முறை :

உளுத்தம் பருப்பை ஊறவைத்துக் களைந்து பச்சை மிளகாய் உப்புப் போட்டு கரகரவென அரைத்து இட்லித் தட்டில் வேகவிட்டு உதிர்த்துக் கொள்ளவும்.

கடாயில் ஒரு டீஸ்பூன் எண்ணெய் விட்டுக் கடுகு, பெருங்காயம், கறிவேப்பிலை போட்டுத் தாளித்து அதில் உதிர்த்த உளுந்துப் பூரணத்தைப் போட்டு லேசாகக் கிளறி இறக்கவும்.

பருப்புப் பூரணம்

தேவையான பொருள்கள் :
துவரம் பருப்பு, கடலைப் பருப்பு - ½ கப், (இரண்டுமாக),
மிளகாய் வற்றல் - 2,
பச்சை மிளகாய் - 2,
உப்பு - தேவையான அளவு.
கடுகு, பெருங்காயம், கறிவேப்பிலை, எண்ணெய் - தாளிக்க.

செய்முறை :

துவரம் பருப்பு, கடலைப் பருப்பை ஊறவைத்துக் களைந்து உப்பு போட்டுக் கரகரப்பாக அரைத்துக் கொள்ளவும். பிறகு அந்த விழுதை இட்லித் தட்டில் வேகவைத்து உதிர்த்துக் கொள்ளவும். கடாயில் எண்ணெயைச் சூடாக்கி கடுகு,பெருங்காயம், கறிவேப்பிலை சேர்த்துத் தாளித்து உதிர்த்த பருப்பு விழுதைப் போட்டுக் கிளறி எடுக்கவும்.

- உத்திரா



பாக்குப் போடுபவரா நீங்கள்?

ஆண் பிள்ளைகள் வளரும் பருவத்தில் புகை பிடிப்பது, புகையிலை போடுவது அல்லது மது அருந்துவது இந்தப் பழக்கங்களை ஆரம்பத்தில் விளையாட்டாக அல்லது பீர் ப்ரஷர் எனப்படும் தோழமையின் உந்துதலினால் ஆரம்பித்து கடைசியில் ஒருநாள் இந்தப் பழக்கங்களுக்கு அடிமையாகவும் ஆகிவிடுகின்றனர்.

இவற்றின் பின்விளைவுகளை என்றைக்கேனும் அவர்கள் ஆற அமர உட்கார்ந்து சிந்தித்துப் பார்த்தால் உண்மை விளங்கும். ஆனால், அப்படித்தான் யாரும் செய்வதில்லையே. இப் பழக்கங்களினால் ஏற்படும் பாதிப்பு திடீரென்று ஒருநாள் பூகம்பம் போல் வெடிக்கும் பொழுதுதான் உண்மை நிலை சுடுகிறது!

அப்படி ஓர் உண்மை நிகழ்ச்சி இதோ : 20 வயது இளைஞன், தன் அப்பா, அம்மாவுடன் மருத்துவமனைக்கு வந்தான். எந்த நிலையில்? வாயில் ஸ்டிரா போட்டு உணவு உட்கொள்ளும் நிலையில், தள்ளாடியபடி, முதுமைத் தோற்றத்துடன் உடல் மெலிந்து கொண்டு வரப்பட்டான். மருத்துவர் அவனைப் பரிசோதித்து அறிவித்த மருத்துவக் கண்டுபிடிப்பு : 'சப்ம்யூகஸ் ஃபைப்ரோஸிஸ்' எனப்படும் ஒரு வகை நோய். இந் நோய் வரக் காரணம் அந்த இளைஞன்தான். ஆம் யானை தன் தலையில் தானே மண்ணள்ளிப் போட்டுக் கொண்ட கதைதான்!

பத்து வயதிலிருந்தே அவனுக்குப் பாக்குப் போட்டுக் கொள்ளும் பழக்கம். அப் பழக்கம் இருபதாவது வயதில் ஒரு புதுமையான வாழ்க்கையை ஆரம்பிக்க வேண்டிய வயதில் அவனை ஒரு நோயாளியாக ஆக்கியிருந்தது.

பாக்கில் ஆர்க்கோலின் எனப்படும் ஒருவகை கெமிக்கல் உள்ளது. இந்த கெமிக்கலானது நமது வாய் தாடையில் உள்ள 'ஃபைப்ரோப்ளாஸ்ட்ஸ்' எனப்படும் செல்லில் செயல்படும் 'கொலாஜன்' எனும் பொருளை அழிக்கத் தொடங்கி நாளடைவில் தாடையின் இயக்கத்தையே அது செயலிழக்கச் செய்கிறது.

மென்மையான திசுக்களால் ஆனவை நமது கன்னப் பகுதி. பாக்கு, புகையிலை, புகையிலையுடன் சேர்ந்து பாக்குப் போடுதல், மற்றும் புகை பிடித்து விட்டோ அல்லது மது அருந்தி விட்டோ பாக்குப் போடுதல் போன்றவற்றினால் இந்த மென்மையான 'ஃபைப்ரோ பிளாஸ்'டினால் ஆனப்பட்ட தசைநார்கள் பொதுவான தனது



* டாக்டர் ராஜ்

உழைப்புக்கு மேல் ஒருநாளைக்கு 150 சதவீதம் அதிக உழைப்புக்கு உட்படுத்தப்படுகிறது.

இதனால் தாடையின் செயல்பாடு இழக்கப்பட்டு நாளடைவில் இறுகி உள்நாக்கு உள்ளே சென்று, வாயைத் திறக்கவோ, நாக்கை வெளியே நீட்டவோ முடியாமல் போய் விடுகிறது. மேலும், இது கேன்ஸரில கொண்டு வந்து விடும் அபாயத்தையும் உண்டுபண்ணு கிறது.

தொண்டைக்குள் புண் ஏற்பட்டு காரமான, குளு மையான, எந்தவிதமான உணவுகளையும் உட்கொள்ள முடியாமல் கடைசியில் ஸ்டிரா போட்டு உட்கொள்ளும நிலைமைக்கு தள்ளப்படுகிறார்கள் இந்த நோயால் தாக்கப படுபவர்கள்.

இந்த நிலைமையை ஆபரேஷன் மூலம் சரிசெய்து விட முடியுமென்றாலும அந்தச் சேதமடைந்த திசுக்கள் மேலும் மேலும் சேதமடையும் செயலை நிறுத்தாமல் செய்யத் தொடங்குகிறது என்பதுதான் ஜீரணிக்க முடியாத விஷயம்!

மீண்டும் பழைய நிலைமைக்கு வர மருந்துகளும், மாத்திரைகளும், பயிற்சியும் செய்தாலும் வாழ்நாள் முழுதும் மருத்துவக் கண்காணிப்பும் அவசியமாகிறது.

இன்னுமொரு அதிர்ச்சிகரமான தகவல் உலகத்திலேயே இந்திய மக்களிடம்தான் இந்த நோய் காணப்படுகிறது. காரணம், இந்திய மக்களிடம்தான் பாக்குப் போடும் பழக்கம் உள்ளது.

மேலும், பாக்கு போடுபவர் அனைவரையும் இந் நோய் தாக்குமென்று சொல்ல முடியாது. ஆனால் யாருக்கு வரும் என்பதையும் குறிப்பிட்டுச் சொல்ல முடியாது என்கிறார் அப்போலோவின் காது, மூக்கு, தொண்டை மருத்துவராக இருக்கும் டாக்டர். ராஜ்.

இன்றைய மருத்துவ ஆராய்ச்சிப்படி இந்தியாவில் ஆயிரத்தில் ஐந்து பேர் இந்த நோயால் தாக்கப்பட்டிருக்கிறார்கள் என்கிறார் இவர்.

இந் நோயின் அறிகுறி என்ன?

தொடர்ந்து பாக்கு போடும் பழக்கமுள்ளவர்களுக்கு முதலில் காரமான உணவுகளை உட்கொள்ள முடியாமல் தொண்டையில் எரிச்சல் ஏற்படும். வலி உண்டாக்கும். வாயசைவு குறைந்து கொண்டு வரும். சாதாரணமாக வாயை அகலமாகத் திறக்க முடிவதில் கடினம் ஏற்படும். நாக்கை வெளியே நீட்டுவதில் சிரமம் இருக்கும்.

இவர்கள் பாக்குப் போடுவதை உடனே அடியோடு நிறுத்த வேண் டும். பொதுவாக பாக்கை எந்தவகையில் உட்கொண்டாலும் தீங்கு தான். சாப்பிட்டபின் பாக்கு போட்டுக் கொண்டால் ஜீரணம் ஏற்படும் என்பதெல்லாம் முட்டாள்தனமான செய்கை. பாக்கில் இருக்கும் அக்ரோலின் வாய் தசைக்கு ஊறுகளைத்தான் விளை விக்கின்றன என்கிறார் டாக்டர். ராஜ்.

அதற்காக பாக்கு சாப்பிடாமலேயே இருந்து விட முடி யுமா என்றால் கல்யாணத்திற்கோ, விசேஷத்திற்கோ பாக்கு போடுபவர்கள் இதிலிருந்து விதிவிலக்கு. என்றைக்கோ ஒருநாள் சாப்பிடுவதில் தப்பில்லையே. அதிலேயே ஊறி உழலுவதால்தானே அமிர்தமும் விஷம் ஆகிறது!

- சாந்தி ரங்கராஜன்



DUMEX
Building better people
புரோட்டினெக்ஸ் டயபீட்டிஸ் உங்களை அக்கறையாக கவனித்துக் கொள்வதனால்,
உங்கள் குடும்பத்தை நீங்கள் அக்கறையாக கவனித்துக் கொள்ள முடியும்.
சர்க்கரை நோய் என்றாலே அது உங்கள் உணவில் குறிப்பிடும்படியான கட்டுப்பாடுகளை போட்டு விடுகிறது. அதன் விளைவாக உங்கள் உடலுக்கு சரியான போஷாக்கு கிடைக்காமல் போய் விடுகிறது. அதனால் எப்படி சுறுசுறுப்பாக இருக்க விரும்புகிறீர்களோ அதைவிட சோம்பலாகி விடுகிறீர்கள். அதனால்தான் இந்தியாவின் நெ. 1 புரோட்டின் இணை உணவு உங்களுக்கென்றே கொண்டு வந்துள்ளது. புரோட்டினெக்ஸ் டயபீட்டிஸ். விஞ்ஞானபூர்வமாக தயாரிக்கப்பட்டுள்ள இது உங்கள் உடலுக்கு தேவைப்படும் எல்லா ஸ்பெஷல் போஷாக்கு தேவைகளையும் நிறைவு செய்கிறது. உங்கள் குடும்பத்தினருக்கு மிகவும் தேவைப்படுவதை அளித்திடுங்கள். ஆம் ஆரோக்கியமும் சுறுசுறுப்புமான நீங்கள் தான் அவர்களுக்கு தேவை.
புரோட்டினெக்ஸ் டயபீட்டிஸ் அனுகூலத்தை உங்களுக்காக பெற்றுக் கொள்ளுங்கள்
அதிக நார்ச்சத்து (ஃபைபர்)
மிகச் சிறந்த தரமான புரோட்டின் வைட்டமின்கள் மற்றும் மினரல்கள்
பிளட் சுகர் அளவு மற்றும் உடல் எடையை ஒரே சீராக வைத்திருக்க உதவுகிறது
துடிப்புடனும், சுறுசுறுப்பாகவும் இருந்திட, அத்தியாவசியமானது உணவிலிருந்து குறைவாக பெறும் அத்தியாவசிய போஷாக்கை நிறைவு செய்து விடுகிறது.
DUMEX
Protinex
LOWE D8 WRI TAM



குழந்தைகளுக்குப் பிடித்த லன்ச் பாக்ஸ்!

சப்ஜி சாதம் :

தேவையான பொருள்கள் :

அரிசி - 1 ஆழாக்கு, பச்சை மிளகாய் - 2, மிளகாய் வற்றல் - 2 எண்ணெய் - 1 கரண்டி, காய்கறி - தேவையான அளவு, நெய் - 2 ஸ்பூன், கடுகு - சிறிதளவு

செய்முறை :

சப்ஜி சாதத்திற்கு மிக முக்கியமானது காய்கறி தான். உருளைக் கிழங்கு - 2, கேரட்டு - 2, கேப்சிகம் - 2, காலிஃப்ளவர் - 1 கப், கோஸ் - 1 கப், பச்சைப் பட்டாணி - ½ கப், வெங்காயம் - 2, தக்காளி - 2, பச்சை மிளகாய் -4 எடுத்து வைத்துக் கொள்ளவும்.

முதலில் அரிசி ஒரு ஆழாக்கு எடுத்து சாதம் வடித்துக் கொள்ளவும். வாணலியை அடுப்பில் வைத்து சூடேற்றி எண்ணெய் ஒரு ஸ்பூன் விட்டு கடுகு, மிளகாய் வற்றல் தாளித்து, பச்சை மிளகாய், வெங்காயம் உரித்து நறுக்கிப் போட்டு, மேலே சொன்ன காய்கறிகளைப் பொடியாக நறுக்கி மஞ்சள் பொடி சேர்த்து நன்றாக வதக்கி, தேவையான உப்பு, கறிவேப்பிலை, கொத்துமல்லி சேர்க்கவும். இரண்டு சிலைஸ் பிரெட் எடுத்து துண்டுகளாகக் கட் பண்ணி இரண்டு ஸ்பூன் நெய்யில் பொரித்துப் போடலாம். சாதத்தில் சப்ஜியை சேர்த்து நன்றாகக் கிளறவும்.

இந்த சப்ஜி சாதத்திற்கு பருப்பு, புளி இரண்டுமே தேவையில்லை. இதைக் குழந்தைகள் மிகவும் விரும்பிச் சாப்பிடுவார்கள்.

இந்த சப்ஜி சாதத்திற்குத் தொட்டுக் கொள்ள 'டாங்கர்' என்ற தயிர்ப் பச்சடி ருசியாக இருக்கும். வெண்டைக்காயைப் பொடியாக நறுக்கி வாணலியில் சிறிது எண்ணெயை விட்டு நன்றாக முறுகலாக வதக்கிக் கொள்ளுங்கள். நல்ல கட்டித் தயிரில் கொஞ்சம் உளுந்து



மாவைக் கரைத்து, சிறிது உப்பு, சீரகம் சேர்த்து, வெண்டைக்காயையும் சேர்த்து நன்றாகக் கலந்து, கடுகு தாளித்து எடுத்து வைக்கவும். 'டாங்கர்' ரெடி.

பாலக் ரைஸ் :

பாலக் கீரையை நன்றாக அலம்பி, நறுக்கி, வேகவைத்து, கீரையை நன்றாக அலம்பி, நறுக்கி, வேகவைத்து, இலேசாக மசித்துக் கொள்ளவும். பச்சை மிளகாய் - 2, சிறிது சீரகம், தேங்காய்த் துருவல் முதலியவை அரைத்து கீரையில் சேர்த்து அடுப்பில் வைத்து கொதிக்க வைத்து இறக்கவும்.

ஒரு ஆழாக்கு அரிசி, அரை ஆழாக்கு பயத்தம் பருப்பு இரண்டையும் சேர்த்து வேகவைத்துக் கொள்ளுங்கள். அதில் கீரையைச் சேர்த்து, தேவையான உப்பு சேர்த்து, இரண்டு ஸ்பூன் நெய் விட்டு நன்றாகக் கலந்து பரிமாறுங்கள்

இதற்குத் தொட்டுக் கொள்ள அப்பளம், வற்றல் ருசியாக இருக்கும்.

ஜீரா ரைஸ் :

ஒரு ஆழாக்கு பாஸ்மதி அரிசியை உதிரியாக சாதம் வடித்துக் கொள்ளுங்கள். வாணலியில் ஒரு ஸ்பூன் நெய்யில் இரண்டு ஸ்பூன் சீரகத்தை வறுத்துக் கொள்ளுங்கள். வறுக்கும் பொழுது கொஞ்சம் கறிவேப்பிலையும் சேர்த்துக் கொள்ளவும். இதில் சாதத்தைச் சேர்த்து நன்றாகக் கிளறவும். தேவையான அளவு உப்பு, இரண்டு ஸ்பூன் நெய் சேர்த்துக் கிளறவும். நல்ல வாசனையாகவும், ருசியாகவும் இருக்கும்.

இதற்கு கத்தரிக்காய் கொத்ஸு தொட்டுக் கொண்டால் நன்றாக இருக்கும். பெரியதான முழுக் கத்தரிக்காயை எண்ணெய் தடவி மைக்ரோவேவ் ஓவனில் வைத்து எடுத்து தோல் நீக்கி கெட்டித் தயிரில் கரைத்து, உப்பு சேர்த்து நன்றாகக் கலந்து வைக்கவும். வாணலியில் சிறிது எண்ணெய் விட்டு கடுகு, மிளகாய் வற்றல் தாளித்து சேருங்கள். கொத்துமல்லி இலைகளையும் தூவி விடுங்கள். கத்தரிக்காய் கொத்சு ரெடி!

குழந்தைகளுக்கு மதிய உணவாக இவற்றைச் செய்து லன்ச் பாக்ஸில் வைத்து அனுப்பினால் விரும்பிச் சாப்பிடுவார்கள்.

- கே. ஆர். ராஜம்



சண்டைக்குத் தயாராக நிற்கும்
அன்னாசி சேவல்கள்
கண்ணைப் பறிக்கும் பீட்ரூட்
ரோஜா,
முட்டைக்கோஸ் பூங்கொத்து
ஆற்றில் மிதக்கும்
புடலங்காய்ப் படகு
படகின் மேல் முள்ளங்கி மனிதன்!
மீன் பிடிக்கும் பப்பாளிக்காய்
கொக்கு

என்று காய்கறிகளில் விதவிதமாய் கார்விங் செய்து அவற்றின் புகைப் படங்களை அனுப்பிய இந்த மதுரை காய்கறிச் சிற்பி தன் பெயரைக் குறிப்பிடாமலே அனுப்பி வைத்து விட்டார்.



சௌபாக்யா
பல அளவுகள்...
பல வண்ணங்கள்...
எண்ணற்ற மாடல்கள்...
ISO 9001:2000
CERTIFIED COMPANY
Shree
Sakthi
Tilting
maa
AdMark
SOWBAGHYA
T. Nagar, Chennai -17. Ph: 28343547, 28342908. Fax: 52023926.
Erode: 638 011. Ph: 0424-2260245
Bangalore: 080 - 25320627
www.sowbaghya.com
E-mail: grind@sowbaghya.com
Our overseas outlet
Dubai:
Hadi Enterprises,
Ph: 00 97 1434 70310
Canada:
All such Importers
Ph: 416 - 2694749.
Singapore:
Anacona Pte. Ltd
Singapore - 209 447.
Ph: 0065 - 63341566
Sri Lanka:
Good Value Distributors
(Easwaran Brothers)
Ph: 0094 - 1 - 2435842
110 volts & 60 Hz available for USA & Canada
இல்லத்தரசிகளின் இனிய தோழி - சௌபாக்யா

11



ஆதிசிதம்பர நடராஜர்

ஆடும் அருட்சோதி

ஈஸ்வரி ஜெகதீஸ்வரி - ரேவதி சங்கரன்

ஆதி சிதம்பரம் என்ற பெருமைக்குரிய சிவத்தலம் திருவெண்காடு. முதன் முதலில் நடராஜ உருவினை ஈச்வரன் காட்டிய தலம் எனும் சிறப்பு திருவெண் காட்டுக்கு உண்டு. ஆதிசிதம்பர நடராஜருடைய அருட்தாண்டவமும் அதன் அற்புதத்தைக் கண்டு மகிழும் பிரம்மவித்யாம்பிகையின் திருவுருவமும் காண்போர் மனதில் அமைதியையும், ஆனந்தத்தையும் ஏற்படுத்தும். ஆண்கள் சிறப்பிதழுக்கு அழகு சேர்க்க ஆடலரசனை விட வேறு நாயகனும் உண்டோ?



பிரம்மவித்யாம்பிகை

ஆடும் அருட்சோதி

விண்வெளியில் சுற்றிச் சுழன்று மிதக்கும் எண்ணற்ற அண்ட கோளங்களை ஒரு லயத்தோடு கூடிய இசைவாக அசையச் செய்யும் மாபெரும் சக்தியைத் தான் இறைவன் என்கிறோம். எண்ணிப் பார்க்கும் போது இப்படி ஒரு இயக்கச் சக்தியா என்ற வியப்பு ஏற்படாமல் இல்லை. அணுவுக்கும் அணுவாகி அத்தனைக்கும் அப்பாலும் நின்று அனைத்தையும் ஆட்டுவிக்கும் சக்தியை, இயக்கி வரும் ஆற்றலை இயற்கை, அதுவே சிவம் என்று கூறுவர் முற்றும் உணர்ந்தோர்.

சிவம் என்னும் எல்லையில்லாத பரம்பொருள் தன்னோடு சக்தியை இணைத்துக் கொண்டு ஆக்கல், காத்தல், அழித்தல், மறைத்தல், அருளுதல் ஆகிய ஐந்து வகையான செயல்களைச் செய்த வண்ணம் இந்தப் பிரபஞ்சத்தை இயக்கி வருகிறது என்பது நமது முன்னோர்கள் கண்ட உண்மையாகும். சிவம் என்ற சொல்லுக்கு மங்களம் என்று பொருள்.



சிதம்பரம் கோவில்



முளைத்தானை எல்லார்க்கும் முன்னே தோன்றி என்ற அப்பர் தமிழ் சிவத்தின் தொன்மையைக் காட்டும்.

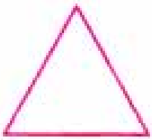
துடியேந்திய கை படைப்பு, அபயகரம் காத்தல், அனல் ஏந்திய கை அழிப்பு, ஊன்றிய திருவடி மறைத்தல், எடுத்த பொற்பாதம் அருளுதல் ஆகிய ஐந்து தொழிலால் இந்த உலகினை ஆட்டுவித்துக் கொண்டிருக்கும் பரம்பொருளை நடராஜமூர்த்தம் என்பர். இடதுபதம் தூக்கியபடி, வலது பதத்தால் முயலகன் எனும் தீய உருவினை அழுத்தி மிதித்தபடி ஆனந்தத் தாண்டவம் ஆடிக் கொண்டிருப்பதை நாதாந்த உரு என்பர்.

இதனைத் திருமூலர்,

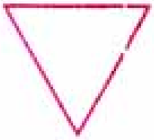
'ஆநந்தம் ஆடரங்கம்
ஆநந்தம்பாடல்கள
ஆநந்தம் பல்லியம்
ஆநந்தம்வாச்சியம்
ஆநந்தம் ஆகி அகில சராசரம்
ஆநந்தம் ஆநந்தக்கூத்து
உகந்தானுக்கே'

என்று காட்டுவார்.

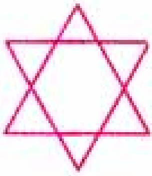
விஞ்ஞானம் தரும் விளக்கமும் பக்தி நெறிகாட்டுவதும் ஒன்றாகவே இருக்கின்றது.



• மேல்நோக்கி



• கீழ் நோக்கி



• அறுகோணம்



• ஆடும் அருட்சோதி

ஆனந்த நிலையில் உருவாகிய இந்தப் பிரபஞ்சம் அண்டகோளங்கள், அதில் நிலமும் நீரும், கனலும் காற்றும் ஆகாயமும் உயிர்களும் பிறப்பும் இறப்பும் என ஒரு நியதியில் இயக்குவது ஆடும் அருட் சோதியாக உருவகிக்கப்படுகிறது.

இதனை எளிமையாக நாம் புரிந்து கொள்ளலாம்.

மேல்நோக்கி ஈர்க்கும் விசையினை முக்கோண வடிவில் கொள்வோம். அது போலவே கீழ் நோக்கி ஈர்க்கும் விசையினை மற்றும் ஒரு முக்கோணத்தால் குறிப்போம். இரண்டும் சேர்ந்து ஒரு அறுகோணம் அமைகிறது. இதன் மத்தியில் நடராஜர் உருவினைப் பொருத்திப் பார்க்க நமக்குக் கிட்டுவது ஆநந்தமான உண்மை!

வலக்கையில் ஒலிக்கும் துடி (டமருகம்) உயிர்கள் பிறந்து வாழ்ந்து மறைவதன் சீரான தாளகதியையும், இடது கையில் ஒளிரும் தீக்கனல் உயிர்களில் உறையும் சக்தியாகப் புனிதமாக்கும் தன்மையாகவும், பிறைச்சந்திரன், வளர் கின்ற அறிவாக, ஞானமாகவும், உச்சியில் திகழும் கங்கை நீர் உயிர்களை வாழ் விக்கும் அமுதாகவும் மேனியில் திகழும் பாம்பு இனப்பெருக்கத்தினைக் குறிக்கும் சின்னமாகவும் சீறுகின்ற அதன் ஒலி காற்றாகவும் உருவகப்படுத்தலாம்.

மிதித்தபதம் தீயவைகளை அடக்குவதாகவும் தூக்கிய குஞ்சிதபாதம் முக்திக்கு வழிகாட்டுவதாகவும் அருளும் கரம் அஞ்சேல் என அபயம் அளிப்பதாகவும் மற்ற கரம் தான் விளங்கும் நிலையையும் காட்டுகிறது. ஐம்பூதங்களையும் அண்டத்தின் இயக்கத்தையும் காட்ட இதைவிட வேறு பேராநந்த உருவம் இல்லை எனலாம்.

நம்முடைய இருதயமே திருச்சிற்றம்பலம். இதயத்தின் தாமரை மொட்டுப் போன்ற அமைப்பே ஓங்காரம். இதயத்தில் விளங்கும் மின்னாற்றலே இறைவன், அந்த மின் ஆற்றலின் அசைவே இறைவன் திருநடனம். இதயத்தினுள் விளங்கும் மூல முதல் நுண்ணொலியே இறைவன் சிலம் பொலியாகும். இருதயத்தின் சுற்று வடிவே திருவாசிச்சுடரொளி கேட்பதற்குக் கவிதை போலிருந்தாலும் இது உயர்ந்த அறிவியல் உண்மையும் கூட.

சிவனது ஐந்தெழுத்தை, ஐந்தொழிலை, ஐவகை நடனத்தைப் போற்றுகின்றவர் ஐயர் எனப்பட்டனர். இதுபோலவே ஆசாரியனிடமிருந்து திரு இலச்சினை என்ற ஐந்து அங்கங்களைப் பெறும் விஷ்ணுபக்தர்கள் ஐயங்கார் எனப்பட்டனர். பஞ்சபூதத்தால் ஆகிய உயிர் பஞ்ச இந்திரியங்களால் இயங்கி பஞ்சபூதத்திலேயே அடங்கி விடுகிறது. இதுவே உலகத்தின் இயக்க நியதி, இந்த நியதியை ஈசுவர சக்தி என்கிறோம். நமக்கு அப்பாற்பட்டு விளங்கும் பேராற்றல் என்பதனால், அதனைப் போற்றி வணங்குகிறோம்.

அதிசயம்

ஆடல்வல்லான் ஆடும் சபைகள் ஐந்து. அதில் வெள்ளி அம்பலம் மதுரை, தாமிரசபை திருநெல்வேலி, மணிமன்று குற்றாலம் ரத்தினசபை எனப்படும்

ஈச்வரியா ஈஸ்வரியா - விளக்கம் தேவை

- பர்வதம், தஞ்சாவூர்.

ஈசனுடைய தேவியை ஈச்வரி என்கிறோம். ஈச்வரி என்பது வடமொழிச் சொல். அதில் மூன்றுவிதமான உச்சரிப்புகள் உண்டு. ஸர்ப்பம்- என்பதில் ஒலிக்கும் 'ஸ' ஒன்று. இரண்டாவது 'சாந்தி நிலவ வேண்டும்' என்பதில் ஒலிக்கும் இது நாம் சங்கரி சகடம் ஆகிய சொற்களில் உச்சரிக்கும் 'ச' மூன்றாவது உஷா, பாஷை, விஷம் ஆகியவற்றில் உச்சரிக்கும் 'ஷ'. ஈசனை ஈஸா என்பதில்லையே. அதுபோல ஈச்வரியை ஈஸ்வரியாக்காமல் ஈச்வரி ஜகதீச்வரி என்று குறிப்பிடுவது சரிதானே!

கல்மன்று திருவாலங்காடு பொன்னம்பலம் சிதம்பரம்.

இதில் சிதம்பரம் ஆகாயத்தலம் எனப்படுகிறது. தில்லையில் அமைந்துள்ள ஆலயம் அதிசயத்தின் எல்லை. இதனைச் சிற்றம்பலம், ஞானசபை என்பர். பொன்னம்பலத்தின் உச்சியில் விளங்கும் ஒன்பது பொற்கலசங்களும் ஒன்பது சக்திகளாகும் (நவசக்திகள்).

மனிதன் ஒரு நிமிடத்திற்கு 15 முறை வீதம் ஒருநாளில் 21600 முறை மூச்சு விடுகிறான். இந்தப் பிரபஞ்சத்தின் உயிர் மூச்சாகவே ஆடலரசன் விளங்குகிறான் என்பதைக் குறிக்கும் வகையில் பொன்னம்பலத்தில் 21600 பொன் ஓடுகள் வேயப்பட்டுள்ளன. அது மட்டுமல்ல! மூச்சுப் பாதையின் ஆதார நாடிகளின் எண்ணிக்கை 72,000. அதனைக் குறிக்க 72000 ஆணிகளும் பொருத்தப்பட்டுள்ளன!

அதிலும் அதிசயம் மனிதனுடைய இருதயம் உடம்பின் நடுவே இல்லாமல் இடப்புறத்தே தள்ளியிருப்பது போலவே கருவறை கோயிலின் மத்தியில் இல்லாமல் சற்றுத் தள்ளியே அமைந்திருக்கிறது. மனித இருதயத்தில் இரத்தம் பக்கவாட்டில் அமைந்த குழாய்கள் மூலமே செல்வது போலவே இக் கோயிலில் நேராக வழி இல்லாமல் இரு பக்கங்களிலுமே வழி அமைந்துள்ளன. இப்படி பிரபஞ்சத்தின் இயக்க சக்தியை ஒவ்வொரு அமைப்பிலும் விளக்

• பொன்னம்பலம்



கிடும் அதிசயத்தைக் கொண்ட தில்லையை அதிசயத்தின் எல்லை என்பதில் ஐயமில்லை.

அற்புதம்

உலகினை இயக்கும் இரு சக்திகளை விஞ்ஞானிகள் 'இயக்க ஆற்றல்' என்றும் 'நிலை ஆற்றல்' என்றும் குறிப்பிடுவர். இதற்கு உருவம் தந்து விளக்குகிறது தில்லைச் சிற்றம்பலமும் தில்லைச் சித்திரக்கூடமும். அசையும் இயக்க ஆற்றலாக நின்று ஆடும் நடராஜனும், அசையாமல் படுத்துக் கிடக்கும் நிலை ஆற்றலாக கோவிந்தராஜனும் ஒரே இடத்தில் விளங்குவதும் அற்புதமல்லவா?

பொதுவில் அரன் ஆடும் ஆட்டத்தை அரி கண்டு மகிழ்வது என்பது வேறெங்கும் காணக் கிடைக்காத அற்புதக் காட்சியாகும். ஒரே நேரத்தில் இரண்டு மாபெரும் சக்திகளுக்கும் தீபமங்கள ஜோதி காட்டப்படும் போது குறிப்பிட்ட இடத்திலிருந்து கிடந்த திருமேனியனையும் பொன்னார்மேனியனையும் தரிசிக்கும்பேறு பெறும் போது நம்வசம் இழக்கிறோம். எல்லையில்லாப் பிரபஞ்சம் எனும் ஆகாய வெளியில் மிதக்கும் அணுவிலும் மிகச் சிறிய துகள்தான் நாம் என்பது அந்த நேரத்தில் புரிகிறது. ஓம் ஓம் என்று ஒலிக்கும் மணியோசையில் அகக்கண் திறக்கிறது. ஓங்காரத்தின் உள்ளொளிக்கு உள்ளே மலர்ச்சிலம்படியான் குஞ்சித பாதத்தில் நிலை கொள்ளும் மனம் நெக்குருகிக் கரைகிறது. ஆனந்தத்து அழுந்தி அன்று கண்கள் பனிக்கப் பாடியருளிய தமிழ் பாட விழையும் நா தழுதழுக்கிறது.

குனித்த புருவமும் கொவ்வைச்
செவ்வாயில் குமிண் சிரிப்பும்
பனித்த சடையும் பவளம்
போல் மேனியில் பால்
வெண்ணீறும்
இனித்த முடைய எடுத்த
பொற்பாதமும் காணப்பெற்றால்
மனித்த பிறவியும் வேண்டுவதே
இந்த மாநிலத்தே!

என்ற பதிகமும்,

காயோடு நீடு கனியுண்டு வீச
கடுங்கால் நுகர்ந்து நெடுங்காலம் ஐந்து
தீயோடு நின்று தவம் செய்ய
வேண்டா
திருமார்வனைச் சிந்தையுள் வைத்தும்
என்பீர்
வாயோது வேதம் மலிகின்ற தொல்
சீர்
மறையாளர் நாளும் முறையால்
வளர்த்த
தீயோங்க ஓங்கப் புகழ் ஓங்கு தில்லைத்
திருச்சித்ரக்கூடம் சென்று
சேர்மின்களே!

எனும் பாசுரமும் மனதில் மெல்லிய அலைகளாக ஒலிக்க பிறவியின் பயனைப் பெற்றோம் இக்கணம் என்ற உணர்வு உயிரில் இனிக்கிறது. தில்லை மூவாயிரவர் தொழுதேத்தும் எல்லையற்ற பரம்பொருளை அற்புதக் கூத்தனைக் கரம் கூப்பிச் சிரம் தாழ்த்தி வணங்குகிறோம். தன்னையறிந்த இன்பத்தில், தன்னிலை மறக்கிறோம்.

ஆனந்தம்

குரு அருளே திருவருள்!

கல்வி, ஞானம், வாழ்க்கையின் சுபகாரியங்கள் இப்படி எல்லாவற்றையும் முன்னின்று நடத்துவது குரு அருள்தான். பள்ளியில் ஆசிரியராக, ஞான வழிகாட்ட ஆசானாக, நற்செயல்களை நடத்தி வைக்

கும் குருமணியாக விளங்கும் மூர்த்தமே ஆதிகுருவான தட்சிணாமூர்த்தி. நவக் கிரகத்தில் ஒன்றான வியாழ பகவானே ஆதிகுருவைப் பணிந்து பூசித்ததால் பிருகஸ்பதிரென்ற தேவகுருவாக உயர்ந் தார்.

ஆதிகுரு அருள்பாலிக்கும் அற்புத மான ஆலயம் காஞ்சிபுரத்திலிருந்து அரக் கோணம் செல்லும் பெருவழியில் 16 கி.மீ. தொலைவில் அமைந்துள்ளது. கைலாச நாதர் கோயில் எனவும் கோவிந்தவாடி அகரம் எனவும் விளங்கும் இந்தக் கோயி லில் மூலநாதராக விளங்கும் தட்சிணா மூர்த்தி திரு உருவினைப் போல் வேறெங் கும் காண இயலாது. காணும்பேறு அண்மையில் கிட்டியது.

பத்தாம் நூற்றாண்டில் சோழ மன்னர் களால் எழுப்பப்பட்ட இவ் வாலயத்தின் பெருமான் எழிலைக் கல்லில் வடித்துள்ள பேரழகினைச் சொல்லில் வடிக்க இய லாது. மற்ற சிவத்தலங்களில் கல்லால மரத்தின் கீழமர்ந்த கோலத்தினைக் கண்டு இருக்கிறோம். அப்படித்தான் இங்கும் இருக்கும் என்ற எண்ணத்தில் மூடிய திரைக்கு முன்னால் அமர்ந்த போது மனதில் விரிவது பரஞ்சோதி முனிவரது பாடல் :

கல்லாலின் புடையமர்ந்து
நான்மறை
ஆறங்கமுதல் கற்ற கேள்வி
வல்லார்கள் நால்வருக்கும் வாக்கிறந்த
பூரணமாய் மறைக்கு அப்பாலாய்
எல்லாமாய் அல்லதுமாய்
இருந்ததனை இருந்தபடி இருந்து
காட்டி
சொல்லாமல் சொன்னவரை
நினையாமல் நினைத்து பவத்
தொடக்கை வெல்வாம்

திரை அகன்றதுமே மனத்திரையும் விலகுகிறது. கல்லால மரத்தையோ கற் சிலையையோ காண முடியவில்லை.

கண் நிறைந்த பேரொளியை, கண் கொள்ளாத பேரழகுத் திரு உருவைத் தெய்வீக வடிவை, அதன் பேரருளை, எங்குமே கிடைக்காத ஓர் அமைதியை விரவச் செய்யும் அருட்கடலைக் காண் கிறோம்! அதிலே நம்மை மறக்கிறோம்.

விரித்த சடையில் பிறைதிகழ இட
மேல்கரம் அனல் ஏந்த
வல மேல்



கரம் உடுக்கையைச்
சுற்றிய நாகத்தினை ஏந்த இடக்கையில் மறைச்சுவடி திகழ வலது கரம் அற்புத மாகச் சின்முத்திரைகாட்ட வலதுகால் அறியாமை எனும் அசுரன் மீதூன்றி இடது கால் மடித்து வீராசனத்தில் அமர்ந் துள்ள யோக தட்சிணாமூர்த்தியின் திருக் கோலத்தினைக் காணக் காணக் கண்கள் பனிக்கிறது. "உற்றுநோக்கி உள்ளக்கிழியில் உருவெழுதிடும்" அந்தக் கணத்தில் காலம்

அடியின் பெருமை



"அடி உதவுவது போல அண்ணன் தம்பி கூட உதவ மாட்டார்கள்" என்று சொல்லுவது வழக்கம். 'உதை' என்று குறிப்பிடும் அடியல்ல அது. உள்ளே பொதிந்திருக்கும் கருத்து மிக உயர்ந்தது. உத்தமமான உயர்ந்த செல்வத்தை அருளுகின்ற திருவடி இறைவனது பாதாரவிந்தங்களே! அப்பர் சுவாமிகள் திருவடிப் பெருமைகளைத் திருவடித் திருத்தாண்டவத்தில் உருகி உருகிப் பாடியிருக்கிறார். அம்பாள் திருவடி மகிமை பற்றி மூகர் "பாதாரவிந்த சதகம்' எனப் பாடியுள்ளார். கல்லைப் பெண் ணாக்கியதும், பதினான்கு வருடங்கள் பரதன் நாட்டை ஆண்டதும் 'திருவடி'களால் அல்லவோ சாத்தியம் ஆயிற்று? மண்ணளந்து விண்ணளந்து மமதையையும் அடக்கியது 'திருவடி'தானே. எனவேதான், யாரையும் நம்ப வேண்டாம். 'திருவடி'யைப் பணிந்தால் பெறுகின்ற உதவி பெரிது. உடன்பிறந்தோர் கூடத் தரமாட்டார்கள் என்பதற்காகச் சொல்லப்பட்டதுதான் அந்தப் பழமொழி.

நேரம் இடம் என்பவை பொருளற்றுக் கரைந்து போக ஆனந்த வெள்ளத்தில் அமைதியாக அமிழ்கிறோம்.

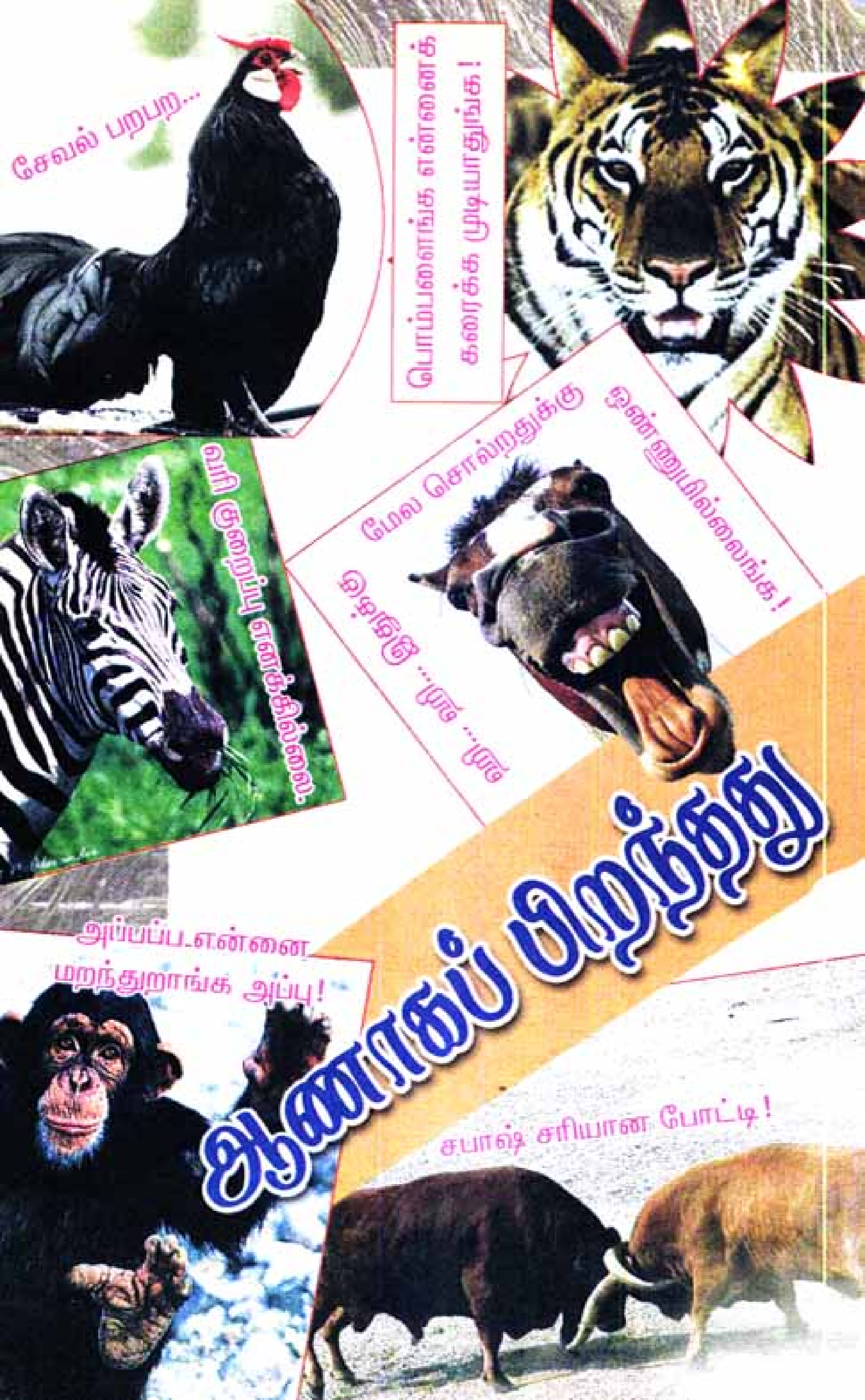
சின்முத்திரை எதைக் காட்டுகிறது?

தட்சிணாமூர்த்தி வழிபாட்டில் நாம் பெறுகின்ற பேற்றினைக் காட்டுவதே சின்முத்திரை.

விரித்த வலக்கரத்தின் மூன்று விரல் களும் உயர்ந்து நிற்க, அந்த வரிசை யிலிருந்து பிரிந்து ஆட்காட்டி விரல் கட்டை விரலுடன் இணைந்திருப்பதே யாகும். நிமிர்ந்த மூன்று விரல்களும் ஆணவம், கன்மம், மாயை ஆகிய மூன்று அழுக்குகளாகவும் ஆட்காட்டி விரல் ஆன்மாவையும் கட்டை விரல் பதி ஆகிய இறைவனையும் குறிப்பிடுவர். மும்மலம் நீங்கி இறைவனோடு ஒன்றுதலே உயிர் களின் குறிக்கோள் என்பதைக் காட்டும் வடிவம்.

உலக மக்கள் எல்லோரும் எல்லா வளங்களும் பெற வேண்டிப் பணிந்ததில் மனம் நிறைவு பெற்றதை உணர்ந்தேன்.

ஆண்டுதோறும் குருபகவான் (நவ கோள்களில் ஒன்று) ஒவ்வொரு ராசியாக மாறிச் செல்வது குருப்பெயர்ச்சி எனப்படும். இந்த ஆண்டு (பார்த்திப ஆண்டு புரட்டாசி மாதம் 3ம் நாள்) 19.09.2005 திங்கள் அன்று கன்னியிலிருந்து துலா ராசிக்கு வருகிறார். குரு பணிந்து ஆதிகுருவைப் பணிவது தீமையை விலக்கி நன்மையே சேர்க்கும்.


சேவல் பறபற...
பொம்பளைங்க என்னைக் கரைக்க முடியாதுங்க!
வரி குறைப்பு எனக்கில்லை.
மேல சொல்றதுக்கு ஒண்ணுமில்லைங்க!
அப்பப்ப என்னை மறந்துறாங்க அப்பு!
சபாஷ் சரியான போட்டி!



கண்ணே கலைமானேன்னு
பொண்டாட்டிய கொஞ்சறதுக்கு
என் பேருதான் கிடைச்சுதா?



ஆம்பிளை சிங்கம்னு
சத்தமா சொல்லாதீங்க.
என் பொண்டாட்டி
காதுல விழுந்துடப்
போவுது.

எல்லாம் அழகு!

கருத்து - சங்கரன்
கற்பனை - சாந்தி ரங்கராஜன்



அந்தப் புள்ளி ராஜா நானில்லை.



நான் ஆடினா மழை வரும்னு
சொல்றாங்க. சுனாமி வராம
இருந்தா சரி.



தலையில
மண்ணவாரிப்
போட்டுக்கிறது
இப்படித்தான்!

முதல் பரிசு :

**சாஸ்தா வழங்கும்
டேபிள் டாப்
வெட் கிரைண்டர்**

இம்மாத இல்லத்தரசி

பரிசு பெறும் அதிர்ஷ்டசாலி :
எஸ். சுந்தரி சங்கர சுப்பிரமணியன்


எஸ். சுந்தரி சங்கர சுப்பிரமணியன்

பொருள் : பச்சை வேர்க்கடலை

வேர்க்கடலை கோன்

தேவையான பொருள்கள் :
பச்சை வேர்க்கடலை பருப்பு - 100 கிராம்,
கேரட் - 200 கிராம்,
இஞ்சி (அ) மிளகு - 20 கிராம்,
காயத்தூள், உப்பு - சிறிதளவு,
பொதினா இலை, மல்லித் தழை,
பசலைக் கீரை வகைக்கு
4 ஆர்க்குகள்.

செய்முறை :

தண்டு உள்ள நீளமான கேரட்டை நன்கு கழுவி உள்ளிருக்கும் தண்டை மட்டும் எடுத்து விடவும். வேர்க்கடலைப் பருப்பு உள்செல் லும் அளவிற்கு துவாரம் கிடைக்கும்.

பச்சை வேர்க்கடலைப் பருப்பை அரை வேக்காட்டில் வேகவைக்கவும். பச்சையாக கீரை வகைகள் மூன்றையும் நன்கு கழுவி, அத்துடன் காரத்திற்கு இஞ்சி (அ) மிளகு சேர்த்து ருசிக்கு ஏற்ப உப்பு சேர்த்து, காயத் தூள் சேர்த்து மிக்ஸியில் விழுதாக அரைத்துக் கொள்ளவும். இக் கலவையை வெந்த கடலைப் பருப்புடன் கலந்து வைக்கவும். அரை மணி நேரம் ஊறினால் நல்லது.

பின்னர் கேரட்டினுள் பருப்பு டன் கூடிய கலவையிலுள்ள வேர்க்கடலைப் பருப்பை ஒவ் வொன்றாக அடுக்கவும். இந்த கேரட்டை அப்படியே இட்லிப் பானைக்குள் ஒவ்வொன்றாக அடுக்கி ஆவியில் வேகவைத்து எடுக்கவும். இது அதிக நேரம் வேகாது.

**- எஸ். சுந்தரி சங்கர
சுப்பிரமணியன், மதுரை - 20.**



இரண்டாம் பரிசு ரூ. 300/-

வேர்க்கடலை வடை

தேவையான பொருள்கள் :
பச்சை வேர்க்கடலை - 2 கப்,
பொட்டுக்கடலை - ½ கப்,
மெல்லிய வெள்ளை அவல் - ½ கப்,
முளைக்கீரை
(பொடியாக நறுக்கியது) - ½ கப்,
சிவப்பு மிளகாய் - 5,
பச்சை மிளகாய் - 2,
இஞ்சி - சிறு துண்டு,
சோம்பு - 1 டீஸ்பூன்,
பட்டை - 1 துண்டு, உப்பு - ருசிக்கேற்ப,
எண்ணெய் - பொரிக்கத் தக்கபடி.

செய்முறை :
பொட்டுக்கடலையை நைசாகப் பொடித்து வைக்கவும். அவலை மண் போகக் கழுவி, போதுமான நீர் தெளித்து, பத்து நிமிடங்களுக்கு ஊறவிடவும். சிவப்பு மிளகாய், பச்சை மிளகாய், இஞ்சி, சோம்பு, பட்டை ஆகியவற்றை மிக்ஸியில் போட்டு, கரகரப்பாக அரைத்துக் கொள் ளவும். அத்துடன் வேர்க்கடலையைச் சேர்த்து, உப்பு, கொஞ்சமாக நீர் விட்டு, பருப்பு வடைக்கு அரைப்பது போல் அரைத்து எடுக்கவும்.

இதனை ஒரு பாத்திரத்தில் கொட்டி, பொட்டுக்கடலைப் பொடி, ஊறவைத்த அவல், நறுக்கிய முளைக்கீரை சேர்த்து நன்கு பிசைந்து கொள்ளவும். வாணலியில் பொரிக்கத் தக்கபடி எண்ணெய் விட்டு சூடாக்கவும்.

பின், கையில் நீர் தொட்டுக் கொண்டு, பிசைந்தக் கலவையை சிறு உருண்டை களாக உருட்டி, வடை போல வட்ட மாகத் தட்டி, சூடான எண்ணெயில் போடவும். இருபுறமும் பொன்னிறமாகப் பொரிந்ததும் எடுக்கவும். இந்த வித்தியாச மான, வேர்க்கடலை வடை சூடாக, தக்காளி சாஸுடன் தொட்டுக் கொண்டு சாப்பிட, சுவை அலாதியாக இருக்கும்.

- உ. கல்த்தானா, கீழக்கரை.

மூன்றாம் பரிசு ரூ. 200/-

வேர்க்கடலை நொறுக்ஸ்

தேவையான பொருள்கள் :
பச்சை வேர்க்கடலை - 250 கிராம்,
கடலை மாவு - 200 கிராம்,
சோள மாவு - 50 கிராம்,
மிளகாய்த் தூள் - 2 ஸ்பூன்,
தனியாப் பொடி - ½ ஸ்பூன்,
சீரகப் பொடி - ½ ஸ்பூன்,
உப்புப் பொடி - தேவைக்கேற்ப,
பொரிப்பதற்கு - எண்ணெய்

செய்முறை :
கடலை மாவை சலித்து, எண்ணெய், வேர்க்கடலை நீங்கலாக மற்றவை எல்லாம் சேர்த்துக் கலக்கவும். ஒரு அகல மான கிண்ணத்தில் 1 கைப்பிடி பச்சை வேர்க்கடலை போட்டு 1 கைப்பிடி கலந்து வைத்துள்ள மாவு போட்டு நன்கு கலந்து, கொஞ்சம் கொஞ்சமாக நீர் தெளித்து உதிர் பதத்திற்குக் கலந்து கொள்ளவும். எல்லா கடலைகள் மீதும் மாவுக் கலவை ஒட்டிக் கொண்டு பொலபொலவென்ற பதத்தில் இருக்க வேண்டும்.

எண்ணெயைக் காயவைத்து, கைநிறைய இந்தக் கலவையை எடுத்து உதிர் உதிராகப் போட்டு, மிதமான தீயில் பொன்னிறமாகப் பொரித்து எடுக்கவும். இதே போல் எல்லா வேர்க்கடலையும் கலந்து பொரித்து எடுக்கவும். ஒரு தடவை யில் ஒரு சட்டிற்கு தேவையானதுதான் கலக்க வேண்டும்.

மழைக் காலத்திற்கு ஏற்ற சுல்பமாகச் செய்யும் நொறுக்குத் தீனி.

- ஜெயலக்ஷ்மி கணேசன், மும்பை - 71.

பஜ்ஜி தயாரிக்கும் பொழுது கடலை மாவு, அரிசி மாவு தீர்ந்து விட்டால் கவலையே வேண்டாம். கோதுமை மாவில் உப்பு, மிளகாய்த் தூள், பெருங்காயம் சேர்த்து பஜ்ஜி செய்யலாம். நன்றாக இருக்கும். - கே. ராஜேஸ்வரி.



நிகரற்ற சிக்கனத்தில்...

Gem NIRMAALAYAM

"தூய வாழ்வின் இனிய சங்கமம்"



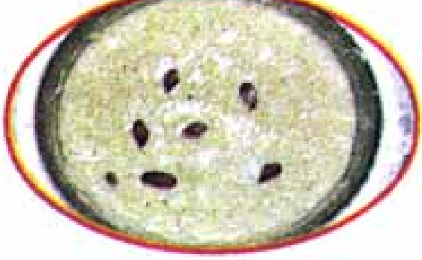
ஜெம் நிர்மாலயம். வாழ்வின் அதிமுக்கிய வசதிகளுடன், நிறைவு தரும் பசுமைச் சூழலில், உங்கள் குடும்பத்தின் விருப்பத்திற்கும், ரசனைக்கும் ஏற்ப வடிவமைந்த ஓர் பிரம்மாண்டமான குடியிருப்பு. நீங்கள் விரும்பும் நிம்மதி, அமைதி, இருப்பிடத் தூய்மை, பாதுகாப்பு உள்ளிட்ட அனைத்தும் சங்கமிக்கும் இந்த இணையற்ற விலாசம், கோவை மாநகரின் மையத்தில், காந்திபுரத்தின் மிக அருகே கணபதியில் 12 ஏக்கர் நிலப்பரப்பில் உங்களுக்கெனவே சிறப்புடன் உருவாகி வருகின்றது.

சிறப்பு அம்சங்கள்

• இரண்டு / மூன்று / நான்கு படுக்கையறைகள் கொண்ட 145 வீடுகள் (1190 முதல் 2965 சதுர அடி வரை) • வாஸ்து சாஸ்திர அடிப்படையில் உருவானவை • அத்திக்கடவு குடிநீர் • சுத்திகரிக்கப்பட்ட ஆழ்குழாய் கிணற்று நீர் • ஒவ்வொரு வீட்டிற்கும் சூரிய வெப்பத்தால் இயங்கும் வாட்டர் ஹீட்டர் • மழைநீர் சேமிப்பு வசதி • கிளப் ஹவுஸ் • ஹெல்த் கிளப் • கூடைப்பந்து, வாலிபால் விளையாட்டு மைதானங்கள் • குழந்தைகள் பூங்கா • மின்னொளி வசதி மற்றும் செயற்கை புல்தரை கொண்ட டென்னிஸ் கோர்ட் • இன்டர்காம் வசதியுடன் 24 மணி நேர பாதுகாப்பு • வணிக வளாகம் • பல சிறப்பு மருத்துவ கிளினிக் • தீ விபத்து, கலவரத்தால் விளையும் சேதாரம், நிலநடுக்கம் போன்றவற்றிற்கு 10 வருட காப்புரிமை இலவசம்.

COVAI
PROPERTY CENTRE
(INDIA) PRIVATE LIMITED

C-601, Pioneer Apartments,1075, Avinashi Road, Coimbatore - 641 018.
Ph : 91-422-2216867, 5572625. Fax : 91-422-2216867. Mobile : 098943-17841
www.covaiprop.com E-mail : covaiprop@vsnl.net



எந்தவிதப் பாயசமாக இருந்தாலும் அதில் ஒரு மேசைக்கரண்டி வெந்த பயத்தம் பருப்பை சேர்த்தால் சுவை அதிகரிக்கும். - கே. ராஜேஸ்வரி.

ஆறுதல் பரிசு ரூ. 100/-

ஊட்டச்சத்து இட்லி

தேவையான பொருள்கள் :

உரித்த பச்சை வேர்க்கடலை - 6 கப்,
பச்சை அரிசி - 1 கப்,
புழுங்கல் அரிசி - 1 கப்,
துவரம் பருப்பு - 1 கப்,
உளுத்தம் பருப்பு - 1 கப்,
கடலை பருப்பு - 1 கப்,
பயற்றம் பருப்பு - 1 கப்,
வெள்ளை கடலை - 1 கப்,
வெள்ளை மொச்சை - 1 கப்,
வெள்ளை காராமணி - 1 கப்,
சோயா - 1 கப்,
வெல்லம் - 1 கட்டி,
முந்திரி, திராட்சை - தேவையான அளவு, பெரிய தேங்காய் - 2.

செய்முறை :

முதலில் பயறு வகைகளை ஊறவைக்கவும். பயறு வகைகள் ஊறிய பிறகு பருப்பு வகைகளையும், அரிசியையும் சேர்த்து ஊறவைத்து எல்லாப் பொருள்களையும் தேங்காய்த் துருவியது சேர்த்து கிரைண்டரில் அரைக்கவும். கரகரவென்று நொய் பதத்தில் எடுத்து உப்பு சேர்த்து இட்லித் தட்டில் ஊற்றி வேகவைத்து எடுத்துக் கொள்ளவும். கடாயில் எண்ணெய் ஊற்றி முந்திரி, திராட்சையைப் போட்டு வறுத்து தனியே எடுத்துக் கொள்ளவும். பாதி இட்லியை உதிர்த்து வெல்லம் சேர்த்து கலந்து கடாயில் கிளற வேண்டும். கிளறக் கிளற வெல்லம் கலந்து பாகு வாசனை வரும். நெய் 1 ஸ்பூன், ஏலக்காய், சுக்குத் தூள், தேங்காய்த் துருவல் போட்டு நன்கு கலந்து சாப்பிட மிகவும் ருசியாக இருக்கும்.

மீதி பாதி இட்லியை உதிர்த்து கடுகு, உளுத்தம் பருப்பு, கடலை பருப்பு, காய்ந்த வேர்க்கடலை, இஞ்சிப் பொடியுடன் அரிந்த வெங்காயம், பச்சை மிளகாய், மஞ்சள் தூள் போட்டு தாளித்து வறுத்த பின், தேங்காய்த் துருவல், கொத்துமல்லி, கறிவேப்பிலை போட்டு அடுப்பில் வதக்கி பிறகு இறக்கவும். இந்த இரண்டு பொருளிலும் பச்சை வேர்க்கடலை வாசனை வரும். ருசியாகவும் இருக்கும்.

- எம். சரஸ்வதி, காஞ்சிபுரம்.

ஆறுதல் பரிசு ரூ. 100/-

இனிப்பு உருண்டை

தேவையான பொருள்கள் :

பச்சை வேர்க்கடலை - 200 கிராம்,
சர்க்கரை - 200 கிராம்,
நெய் - 50 கிராம்,
எண்ணெய் - தேவையான அளவு,
ரொட்டித் தூள் - 200 கிராம்,
ஏலக்காய் - 5, முந்திரி, திராட்சை - 6

செய்முறை :

பச்சை வேர்க்கடலையை வாங்கி சுத்தம் செய்து நன்கு குழைவாக வேக வைத்து கொள்ளவும். சர்க்கரை நன்றாக கம்பிப் பாகு வரும்படி வைத்து வேக வைத்த வேர்க்கடலையை மசித்து சர்க்கரையில் கொட்டி நன்றாகக் கெட்டியாக கிளறிக் கொள்ள வேண்டும். இறக்கும் பொழுது சிறிது நெய் ஏலம், முந்திரி, திராட்சை எல்லாம் வறுத்துப் போட்டுக் கிளறி இறக்கி விடவும். நன்கு ஆறின பின்பு நெல்லிக்காய் அளவு உருட்டி வைத்துக் கொள்ளவும். அடுப்பில் கடாய் வைத்து எண்ணெய் விடவும். எண்ணெய் நன்கு காய்ந்தவுடன் ஒவ்வொரு உருண்டைகளாக எடுத்து ரொட்டித் தூளில் பிரட்டி எடுத்து காய்ந்த எண்ணெயில் போடவும். நன்றாகப் பொன்னிறமாக இரண்டு பக்கமும் வேகவிட்டு எடுத்துக் கொள்ளவும். இந்த இனிப்பு உருண்டை புது தினுசாக இருக்கும். சத்தானதும் கூட. எளிதில் செய்து விடலாம்.

- ஆர். யசோதரா, ஜாம்ஷெட்பூர்.

என்ன காரணத்துக்காகக் கூப்பிடுகிறான் என்பதை ஆசிரியரிடம் சொல்லாமல், வெறுமே வீட்டில் முக்கிய விஷயமாக அழைத்துக் கொண்டு வரச் சொன்னார்கள், என்று பள்ளி ஆசிரியையிடம் சொல்லி ஹாரு ஆலோவை பள்ளியிலிருந்து அழைத்து வந்தான்.

ஹாரு, வெளியில் வந்ததுமே காரணத்தைப் போட்டுடைத்தான்.

"ஒரு பாபு, பெரீ...ய்...ய மோட்டார் வண்டியில் வந்திருக்காரு. அது மாதிரி எதையும் இந்தப் பக்கத்திலேயே பார்த்ததில்லை. அந்த பாபுவை நீ பார்க்கணுமின்னுதான் அம்மா, கூட்டிட்டு வரச் சொன்னாங்க" என்றான் ஹாரு.

ஆலோ திகைப்புடன், "அம்மா இருக்கிறாள். தாத்தா இருக்கிறார். நான் எதுக்கு ஹாரு?" என்று கேட்டாள்.

"நீ எதற்கா?"

ஹாரு ரகசியமான சிரிப்புச் சிரித்தபடி, "நீதானே முக்கியம் இப்ப" என்றான்.

"அப்படின்னா?"

"அர்த்தம் புரியல்லியா...? அந்த அப்பா உன்னைப் பொண் பார்க்க வந்திருக்காரு."

"ஓ!"

"ஓன்னு சொன்னா ஆச்சா? இந்த ஹாருவுக்கு எதுவும் புரியாதுன்னு நெனைச்சியா? இல்லாட்டி அத்தனை நல்ல பாபு அத்தனை பெரிய காரில..."

ஆலோ திடுக்கிட்டாள்.

தேன் நிலவு





வங்க மூலக்கதை :
6
ஆஷா பூர்ணாதேவி
தமிழாக்கம் :
புவனா நடராஜன்

பின்பக்கமாக வீட்டிற்குள் ஓடி நுழைந்து இயற்கையான ஆவலுடன், "அம்மா! என்ன நடந்தது? எதற்குக் கூப்பிட்டு அனுப்பினாய்?" என்று கேட்டாள்.

பூர்ணிமா பெண்ணின் அருகில் வந்து, உறுதியான, அமைதியான குரலில், "உன் அப்பா வந்திருக்கிறார். நீ அவரைப் பார்க்க வேண்டும்" என்றாள்.

ஆலோ கண்களில் பீதியுடன் ரத்தம் உறைய நின்றாள்.

சிவசங்கரோ நாராயணமூர்த்திக்கு நைவேத்தியம் செய்ய வேண்டும் என்று சாக்குச் சொல்லி பூஜை அறைக்குள் அடைக்கலம் புகுந்து கொண்டார். அவர் மனதில் கவலையும், தவிப்பும் இருந்தன. வாழ்க்கைச் சரித்திரத்தின் காட்சிகள் வேகமாக மனதில் தோன்றி மறைந்தன.

சிவசங்கர், அந்தக் காட்சிகளின் பார்வையாளனாக நின்று கொண்டிருந்தார். ஒரு துர்ப்பாக்கியம் நிறைந்த, பயங்கரமான நடு இரவின் காட்சிகளைக் கண்களின் ஒளிகளால் பார்த்துக் கொண்டிருந்தார். கையில் தூக்கிப் பிடித்த ஹரிக்கேனின் வெளிச்சத்தில் பார்த்தபடி நின்று கொண்டிருந்தார். இல்லை. அந்தப் பயங்கரமான, தற்செயலான, மர்மமான பயங்கர அடியினால் அவர் அலறித் துடிக்கவுமில்லை, தன்னை இழந்து, நிதானத்தை இழந்து நிற்கவுமில்லை.

அந்த தற்செயலாக நடந்த நிகழ்ச்சியினால் தாக்குண்டு கையிலிருந்து ஒளி கீழே நழுவி விழுந்தது.

சிம்னியின் கண்ணாடி ஆயிரமாயிரம் தூள்களாக சிதறிப் போனது. சிவசங்கர் அவர்கள் இருவரையும் தன் அறைக்குள் வரும்படி கட்டளையிட்டு விட்டு வந்து விட்டார். அந்தக் கணத்திலேயே தெய்வம் பேதை பூர்ணிமாவின் கலக்கத்தை, பயத்தைத் தெரிந்து கொண்டு விட்டது.

எந்தத் தெய்வத்தைப் பொய் என்று நினைத்துக் கொண்டிருந்தாளோ அந்த தெய்வம்!

வெளியேறிக் கொண்டிருந்த சிவசங்கர், ஏதோ ஒன்று கீழே விழுந்த சத்தத்தைக் கேட்டு நின்று விட்டார். அறைக்குள் திரும்ப வந்தார். மூர்ச்சித்து விழுந்து விட்ட பெண்ணை இரண்டு கைகளிலும் எடுத்துக் கொண்டு, கடுமையான, நிஷ்டூரமான குரலில், "அதீந்தர், ஓடிப் போக முயற்சி செய்யாதே... இந்த அறைக்குள் வா" என்று கட்டளையிட்டார்.

இல்லை. அவன் ஓடிப் போக முயற்சி செய்யவே இல்லை.

செய்தாலுமே, என்ன நடந்து விடப் போகிறது?

வெளியில் பயங்கரமான புயல் காற்று வீசிக் கொண்டிருந்தது. மழை இன்னும் அட்டகாசமாகப் பெய்து கொண்டிருந்தது.

"செய்த பாவத்தின் பலனை ஏற்றுக் கொள்ளத்தான் வேண்டும் அதீந்திரா! தண்டனையைப் பெற்றுக் கொள்ளத்தான் வேண்டும். பூர்ணிமாவை நீ திருமணம்

செய்து கொள்ளத்தான் வேண்டும்."

"அய்யா! இந்த தண்டனை என்னைப் பொறுத்தவரை ஒரு நல்ல பரிசு" என்று அன்று அதீந்திரனால் சொல்ல முடியாமல் போய் விட்டதே.

இப்போது ஒருவேளை சொல்ல முடியுமோ என்னவோ?

இருபத்தியொரு வயது நிறைந்த இளைஞனால் அன்று முடியவில்லை. படிப்பு நிறையப் படித்திருந்தாலும் அப்படிச் சொல்லத் தைரியம் இருக்கவில்லை.

"இன்று இரவே, இந்த முகூர்த்தத்திலேயே உங்கள் இருவருக்கும் நான் திருமணம் செய்து வைக்கப் போகிறேன்.

அந்தப் பயங்கரமான இரவில் பாதி இருட்டு, பாதி வெளிச்சம் நிறைந்த அர்த்த அறையில், பீதியைக் கிளப்பி விடும் உருவமாகத் தெரிந்தார் சிவசங்கர். மிகப் பெரிய, அந்தக் காவியான அறையின், உதிர்ந்து விழுந்து கொண்டிருக்கும் சுவர்களில் மோதி, நடுநடுங்கி, நிஷ்டூரத்துடன் பயப்

ஹைக்கூ - சகா

காலம்

ஏறிய பிறகுதான் தெரிந்தது
உணவுக்கல்ல;
எதற்குமே நிற்காத
பேருந்து என்று!

பசுமை வறட்சி

இப்பொழுதெல்லாம் காவிரி
அதிகமாக அழுவதில்லை;
விவசாயிகளே அழுகிறார்கள்.

விருந்தோம்பல்

உண்ணப் போவதில்லை என
தெரிந்தும் இலைநிறைய உணவு
இறந்தவருக்கு!

கரமான குரல் ஒலி எழுப்பி அவர் சொன்ன வார்த்தைகளைத் திரும்பத் திரும்ப, "இன்று இரவே இந்த முகூர்த்தத் திலேயே நான் உன்னைப் பலிகொடுப் பேன்" என்று கோஷித்துக் கொண் டிருந்தது.

மூர்ச்சை தெளிந்து எழுந்து உட்கார்ந் திருந்த பூர்ணிமாவின் கண்களில் கண் ணீர் வெள்ளமாகப் பெருகிக் கொண் டிருந்தது. அந்தக் கண்ணீர் வெள்ளம் அவர் மார்பை, புடைவையை நனைத்துக் கொண்டிருந்தது. இன்னொருவன் கற்சிலை போல நின்று கொண்டிருந்தான்.

இந்த இருவரையும் நாராயண மூர்த்தி தெய்வம் இருந்த அறைக்குள் அழைத்து வந்து, "இந்த நாராயணனை சாட்சியாக வைத்துச் சொல் - பூர்ணிமாவை நான் ஏற்றுக் கொள்கிறேன்" என்றார்.

இரண்டு, மூன்று முறை கட்டளை யிட்ட பிறகு, யந்திரம் போல அந்த வார்த்தைகளைச் சொன்னான் அதீந்திரன்.

"ஏற்றுக் கொண்டேன்..."

"ஏற்றுக் கொண்டேன்!"

"ஆனால்?!!"

கடுமையாகக் கட்டளையிட்டார் சிவசங்கர். "வீட்டுக்குப் போய் தாய், தந்தையிடம் நடந்ததை நடந்தபடி உண்மையைச் சொல்லி விவாகத்திற்கான ஏற்பாடுகளைச் செய்ய வேண்டும்" என்று சொன்னார்.

நாராயணனின் உருவத்திற்கு எதிரில் அவரை சாட்சியாக வைத்துச் செய்த இந்த சபதம், சிவசங்கரைப் பொறுத்த வரையில், சத்தியம், உண்மை என்றாலும் சமூகத்தின் கண்களில் இது ஏற்றுக் கொள் ளப்படுமா? மனிதர்களின் மத்தியில் ஏற் றுக் கொள்ளப்படுமா? சமூகத்தின் கண் களுக்கு முன்னால் விவாகம் என்பது எப் படிச் செய்யப்பட வேண்டுமோ அப்படிச் செய்தால்தான் ஒப்புக் கொள்ளப்படும். அதுதான் நியதி.

அத்தகைய அனுமதி கிடைக்கும் வரை இருவரும் ஒருவரையொருவர் பார்த்துக் கொள்ளாமல் இருப்பது நல்லது.

"உன்னுடைய தாய் தந்தை அனுமதியுடன் சமூகத்தில் நான்கு பேர் அறிய, சபையில் விவாகம் நடக்கும் வரை, நீ இந்தக் கிராமத்திற்கு வரக் கூடாது. என் செல்வத்தையெல்லாம் கொள்ளை அடித்துக் கொண்டு விட்டாய். இதை மட்டுமாவது, நான் சொன்னபடி செய்."

அந்தக் கட்டளையை எப்படி ஏற்று நடப்பான் அதீந்திரன்? மணலைக் கொட்டி, சமுத்திரத்தைத் தடுத்து நிறுத்த முடியுமா? எப்படி பூர்ணிமாவைப் பார்க்காமல் இருக்க முடியும்?

ஆனால் தாய் தந்தையின் அனுமதி? அதீந்திரன் உண்மையிலேயே இதுபற்றி தன் தாய் தந்தையிடம் நடந்தது நடந்தபடி சொல்லுவானா? அவர்களும் இதை ஒப்புக் கொண்டு இதற்கு அனுமதி கொடுப்பார்களா?

அதீந்திரனால் இதை சிவசங்கரிடம் சொல்ல முடியவில்லை. அவருடைய இந்தக் கட்டளை நடக்க முடியாத ஒன்று. இன்னொரு கட்டளைப்படி நடப்பதும் கஷ்டம். அவருக்குத் தெரியாமல் பூர்ணிமாவை சந்தித்தே ஆக வேண்டும்.

அது கடினமாக இருந்தாலும், ஒரேயடியாக முடியாதது அல்லவே!

சிவசங்கர் தினமும் அத்யயனம் செய்வதில் மூழ்கி விடுவார். எங்கெங்கிருந்தோ அரிய புத்தகங்களை எல்லாம் வாங்கிக் கொண்டு வந்து அவற்றைப் படித்து மனப்பாடம் செய்வார். அவர் உலகமே தனி.

அந்த உலகத்தில் அவர் மூழ்கி விட்டால், தன்னைச் சுற்றி ஓர் உலகம் இருக்கிறது என்றோ, அதில் சோகமே உருவான ஒருத்தி உட்கார்ந்திருப்பதையோ அவர் மறந்தே போய் விடுவார்.

ஒரு துர்லபமான சேர்க்கை முடிந்து வெகுநாளாகியிருந்தது. அப்போதிலிருந்து இன்னொரு சந்திப்பை எதிர்நோக்கி ஒவ்வொரு நிமிடத்தையும், மணியையும் இரவு, பகலாகக் கணக்கிட்டுக் கொண்டு உட்கார்ந்திருந்தாள் பூர்ணிமா. அதீந்திரன் வருகைக்காகக் காத்திருந்து களைத்துப் போனாள்.

என்னதான் பிளாஸ்டிக் கேனில் எண்ணெயை ஊற்றி மூடி வைத்தாலும் எறும்பு எப்படியோ புகுந்து விடுகிறது. எப்படி சமையலில் எறும்போடு உபயோகிப்பது? உடனே ஒரு யோசனை. வாங்கிய இரண்டு டீ வடிகட்டியில் ஒன்று உபயோகமில்லாமல் இருந்தது. அவற்றில் எண்ணெயை வடித்து உபயோகித்தேன். உபயோகமில்லாத டீ வடிகட்டியும் சமயத்தில் உபயோகமானது.

- கௌசல்யா

பகலும், இரவும் சேர்ந்து சேர்ந்து மாதமாயிற்று. பகல் நேரத்தில் மனது பாறையாகக் கனத்தது. ஒவ்வொரு கணமும் சந்தேகம் வந்தது. எல்லாம் முடிந்து போய் விட்டதோ? என்று நினைத்துத் தனியாகத் தவித்தாள்.

'ஊரில் எல்லாருக்கும், இங்கே நடந்த கதை தெரிந்து போய் விட்டதோ என்னவோ? அதீந்திரன் கடுமையான கட்டுப்பாட்டில் இருக்கிறானோ என்னவோ? இல்லை வேறு திருமணம் செய்து வைத்து விட்டார்களோ என்னவோ?'

தாபத்திலிருக்கும் பெண்ணின் மனம் இப்படித்தானே சந்தேகப்படும். இப்படித் தானே கணக்குப் போடும்.

இந்தக் கவலைகளுக்கு ஒரு துணையும் இருந்தது.

அதுதான் காந்திமதி. காந்தி, இந்த அபூர்வமான, அதிசயமான திருமணத்தை, எப்படித்தான் ஒப்புக் கொண்டாளோ? ஆச்சர்யம்தான்!

சிவசங்கரின் மீது இருந்த அசாத்தியமான பக்தியினாலா? இல்லை... பூர்ணிமாவிடம் இருந்த எல்லையில்லாத அன்பினாலா?

உங்கள் கனவுகளை

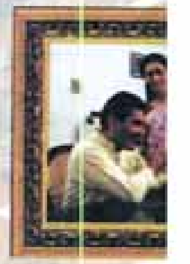


அனுராக்

Sree
En
COIM



அக்ஷரா



அன்புக்கு அடித்தளமாய்

குடியிருப்பதற்கான இடத்தைத் தேர்ந்தெடுக்கும்போது, உங்களுடைய எண்ணங்களும் விருப்பங்களும்தான் முக்கியம். அதனால்தான் ஒவ்வொரு விஷயத்திலும் நாங்கள் மிக அதிக அக்கறை காட்டுகிறோம். கட்டட மனை அமைந்துள்ள இடத்தைத் தேர்ந்தெடுப்பதிலிருந்து, உங்கள் இல்லம் உருவாவதற்குத் தேவையான ஒரு சிறு ஆணி கூட எப்படி இருக்க வேண்டும் என்பது வரை எல்லாவற்றிலுமே எங்கள் கவனம் முழுமையாக இருக்கும்.

இந்த வீட்டுத் திட்டம் மேட்டுப்பாளையம் சாலையில் அமைக்கப்படுகிறது. வாழ்க்கைக்கு மிக அத்தியாவசியமான பள்ளிகள், கல்லூரிகள், வங்கிகள், டிபார்ட்மென்டல் ஸ்டோர்ஸ், மருத்துவமனைகள் எல்லாம் இந்தத் திட்டத்திற்கு மிக அருகிலேயே உள்ளன. இந்தத் திட்டம் மிக ரம்யமான சூழ்நிலையில் அமைக்கப்படுகிறது.

8.1 ஏக்கர் பரப்புள்ள இந்த இடத்தில் மொத்தம் 49 மாளிகை வீடுகள் (வில்லா) மட்டுமே

உடனே முடிவெடுங்கள்!

அத்துடன் உயர்ந்த தரத்திற்கான ஸ்ரீவத்
தாமதித்தால் இந்த வாய்ப்பு கிடைக்காது... இங்கே கட்ட

மேலும் விவரங்களுக்கு

ஸ்ரீவத்ஸா ரியல்

உங்கள் நம்பிக்கை என்னும் அடித்தளம்

கோவை: 8/2, மேட்டுப்பாளையம் சாலை, கோயம்புத்தூர் 641 043,
பேக்ஸ்: 91-422-243 0899, E-mail: realestate@
சென்னை: 7, காமராஜ் பார்க் தெரு, இராயபுரம், சென்னை 600 01
பேக்ஸ்: 91-44-2596 5032 / 5211 5032

TÜV ISO 9001

ISO 9001 : 2000 Certified

நனவாக்கும் வீடுகள்



விஸ்வா



சைதன்யா



அமைந்திடும் இல்லங்கள்

கட்டப்படும். இவை அனைத்தும் தனித்தன்மையுடன் மிக அழகாக வடிவமைக்கப்பட்டு, நான்கு வகைகளில் கிடைக்கும்.

வகை	A	அனுராக்	2955	சதுர அடி
வகை	B	அக்ஷரா	2762	சதுர அடி
வகை	C	சைதன்யா	2692	சதுர அடி
வகை	D	விஸ்வா	2745	சதுர அடி

அழகான தோற்றம். கூடுதல் மதிப்பைக் கொண்ட, பயனுள்ள பல சிறப்பம்சங்கள், அத்துடன் உரிய கவனம் செலுத்தப்பட்ட வகையில் நான்கு நேர்த்தியான டிசைன்கள்.

கிளப் ஹவுஸ், நீச்சல் குளம், உடற்பயிற்சிக்கான ஜிம், கோயில், 30 அடி அகலம் உள்ள அருமையான சாலைகள், லேண்ட்ஸ்கேப்பிங் செய்யப்பட்ட அழகான தோட்டப் பகுதி, சுற்றிலும் பாதுகாப்பான காம்பவுண்டு சுவர் என்றவாறு இன்னும் எத்தனையோ பல சிறப்புகள் இங்கே உண்டு...

...ா முத்திரையும் இருக்கிறது... அதைவிட வேறு என்ன வேண்டும்?
...படுவது 49 வீடுகள் மட்டுமே! உங்களுடைய இல்லத்தை இன்றே தேர்ந்தெடுங்கள்!
... சங்கர் அண்ட் அசோசியேட்ஸ், கோயம்புத்தூர்

... தொடர்பு கொள்ளுங்கள்:

... எஸ்டேட்ஸ் (பி) லிட்.

...அதுவே எங்கள் கட்டடங்களுக்கு ஆதாரம்!

...இந்தியா. போன்: 91-422-243 7422 / 244 1481 / 243 2184 / 243 2042
...sreevatsa.com, Visit us at: www.sreevatsa.com
...3, இந்தியா. போன்: 91-44-2595 3149 / 2596 0270 / 2596 1029-31
Email: sreevatsa@sreevatsatube.com

அந்தப் பயங்கரமான புயல் வீசிய இரவிலிருந்து, பூர்ணிமாவின் குணத்தில் பெரிய மாறுதல் ஏற்பட்டிருந்தது. சதா விளையாட்டும், சிரிப்புமாக இருந்த பெண், பயமும், சந்தேகமும், தவிப்புமாக, தன்னைத்தானே மறைத்து வைத்துக் கொண்டு வாழ்ந்து கொண்டிருந்தாள்.

ஆனால் அதீந்திரன் என்றைக்கு அவளைத் தேடிக் கொண்டு வந்தானோ...

அன்று நதியில் வெள்ளம் பெருகிற்று. கிணற்றில் நீர் வழிந்தது.

காந்திமதிக்கு ஆனந்தம். ஓடி ஓடி மாப்பிள்ளைக்காக உணவு தயாரித்தாள். பூர்ணிமாவை சுத்தமான புடைவையை உடுத்திக் கொள்ளச் சொன்னாள். குங்குமத்தை இட்டுக் கொள்ளச் சொன்னாள். சிவசங்கரிடம் போய் இன்றைக்குப் பெண்ணுக்கு உடம்பு சரியில்லை. சீக்கிரம் சாப்பிட்டு விடுங்கள் என்று கேட்டுக் கொண்டாள். சிவசங்கருக்குத் தெரியாமலேயே அதன் பிறகு இந்தச் சந்திப்புகள் பின் இரவுகளின் தொடர்கதையாகிப் போனது!

அதீந்திரனுக்கு நல்ல வேலை கிடைத்து சொந்தக்காலில் நிற்கும் வரை அவன் வீட்டில் இந்தத் திருமணப் பேச்சையே எடுக்க முடியாது என்று வற்புறுத்தி திட்டவட்டமாகக் கூறி விட்டான். பூர்ணிமாவால் இன்னும் அழுத்தமாகச் சொல்ல முடியவில்லை.

பதினைந்து வயதுப் பெண்.

எந்த அளவுக்கு தைரியம் இருக்கப் போகிறது?

தைரியம், பலம், புத்தி விருத்தி, காரிய காரண அறிவு, சிந்தனை இத்தனையும் நன்றாக வளரும் முன்பே பெண்களின் உடலுக்குத் தாயாகும் வழியைச் செய்து வைத்தது ஆண்டவனின் நிஷ்டூரமான நியதியாக இருக்கிறதே. ஆனால் இயற்கையை மறைக்க முடியாதே. பின்பு மெதுவாக ஒரு நாள் காந்திமதி சிவசங்கரிடம் இவ்விஷயத்தைத் தெரிவித்தாள்.

சிவசங்கர் பொறுமையில்லாத குரலில், "அவன் வந்து போய்க் கொண்டிருக்கிறான் என்ற விஷயத்தை என்னிடம் முன்பே ஏன் சொல்லவில்லை?" என்று வானத்துக்கும் பூமிக்குமாகக் குதித்தார்.

"ஏனா? உங்களுடைய கோபத்துக்குப் பயந்து கொண்டுதான்..."

தாங்க முடியாத ஒருவிதமான சலிப்பினால், அயர்ச்சியினால் சிவசங்கர் போன்ற மனிதருக்குக் கூட கண்களில் நீர் பெருகியது.

"அப்போ இப்பவும் சொல்லாமல் இருக்க வேண்டியதுதானே?"

புத்தியில்லாத, அன்பே உருவான கிராமத்துப் பெண்மணி சொன்னாள். "இப்போ யாருக்குப் பேரன் பிறக்கப் போகிறானோ அவரிடம் எப்படிச் சொல்லாமல் மறைத்து வைக்க முடியும்? இதுக்கு அப்புறமும் அவங்க வீட்டில மருமகப் பெண்ணை அழைச்சிக்காம இருக்க முடியுமா?"

(நிலவு வளரும்)



ஒரு நாள் இட்லி மாவு உளுந்து போதாமல் கல் மாதிரி இருந்தது. எங்கள் வீட்டிலோ இட்லி மிகவும் மிருதுவாக இருக்க வேண்டும் என்ன செய்வது என கையைப் பிசைந்து கொண்டிருந்த நேரத்தில் பக்கத்து வீட்டுத் தோழி வந்தாள். விவரம் சொன்னவுடன் அட, இவ்வளவுதானா? இரண்டு கரண்டி ஆறின பாலும், இரண்டு டேபிள் ஸ்பூன் நல்லெண்ணெயும் விட்டு கலந்து இட்லியை ஊற்றி வை என்றாள். என்ன ஆச்சரியம், இட்லி மிருதுவாகவும் சுவையுடனும் இருந்தது.

- வனிதா கணேசன்.



மகிழ்ச்சியின் சின்னம் மணவிழாவின் அங்கம்
ராஜ்மஹாலின் திருமணபட்டுச் சேலைகள்
பட்டிலே பாருங்கள்
பாங்கான தோற்றம்
சுப முகூர்த்தம்
கலெக்ஷன்ஸ்
• காஞ்சிபுரம்
• ஆரணி
• தர்மாவரம்
• பனாரஸ்
• திருபுவனம்
பட்டுச் சேலைகள்
• மில்
• பேன்சி சேலைகள்
• சுடிதார்-
மெட்டீரியல்கள்
மற்றும்
ரெடிமேட்
சூட்டிங்ஸ்
ராஜ்மஹால்
வெங்கலக்கடைத் தெரு, மதுரை-1.
போன்-2622647
AMC/MDU/05
தொட்டுத் தொடரும் ஒரு பட்டுப் பாரம்பரியம்

மாதப் பலனும்
குரு பலனும்

இந்த மாதம் எப்படி?

(பார்த்திப வருஷம் ஆவணி 16 முதல் புரட்டாசி 14 வரை)

செப்டெம்பர் முதல் தேதியன்று உள்ள கிரக நிலவரம் : (வாக்கியப் பஞ்சாங்கப்படி)

மேஷ ராசி :

அஸ்வினி, பரணி, கிருத்திகை 1 - ஆம் பாதம்.

பொது : செல்வச் செழிப்பு ஏற்படும் மாதமிது. ஆனால் செலவுகளைக் கட்டுப்படுத்த வேண்டும். விரலுக்குத் தகுந்த வீக்கம் வேண்டும். மனக்கட்டுப்பாடு அவசியம்.

இல்லத்தரசிகள் : குடும்பம் மகிழ்ச்சியாக இருக்கும். பணப்புழக்கம் சரளமாக இருக்கும். புதிய சேமிப்புகளைத் துவங்குங்கள். உள்ளது போதும் என்னும் மனநிறைவுடன் வாழ்ந்தால் எந்தப் பிரச்னையும் வராது.

பணிபுரியும் பெண்கள் : அலுவலகப் பணிகளில் மிகப் பெரிய மாற்றங்கள் எதுவும் நிகழாது. சுயதொழில், வியாபாரம் செய்பவர்களுக்கு லாபகரமான மாதம்.

சந்திராஷ்டம நாட்கள் : 9ம் தேதி மாலை 6.24 முதல் 11 ம் தேதி இரவு 10.58 வரை.

பரிகாரம் : மாங்கல்யஸ்தவம் படித்து வரவும் அல்லது அபிராமி அந்தாதியில் 'தனம் தரும் கல்வி தரும் ஒருநாளும் தளர்வறியா மனம் தரும்'' என்னும் பாடலை தினமும் 3 முறை படித்து வரவும்.

குருப்பெயர்ச்சி பலன் : செல்வச் செழிப்பு மேலோங்கும். செய்கைகள் யாவும் செம்மைப்படும். உற்றார் உறவினர் புகழ்ந்திடுவர். வெற்றியே காண்பீர் ஓராண்டு.

ரிஷப ராசி :

கிருத்திகை 2, 3, 4 ஆம் பாதங்கள், ரோகிணி, மிருகசீரிஷம் 1, 2 ஆம் பாதங்கள்.

பொது : பெரும்பாலான கிரகங்கள் சாதகமான நிலையில் உள்ளதால் நன்மைகள் அதிகம் நடைபெறும். தொழிலில் தடைகள் விலகும். மனக் கவலைகள் மறைந்து போகும். உடலாரோக்கியம் சிறந்து விளங்கும்.

இல்லத்தரசிகள் : 13ம் தேதிக்குப் பிறகு பிள்ளைகளின் உயர் கல்வி, திருமணம், தொழில் போன்றவற்றில் நல்ல

ராகு	செவ்வாய்		
	இம்மாத கிரக மாற்றங்கள் 7.9.2005 - துலா - சுக்ரன் 13.9.2005 - கன்னி - புதன் 16.9.2005 - ரிஷப - செவ்வாய் 17.9.2005 - கன்னி - சூரியன் 19.9.2005 - துலா - குரு		சனி சந்திரன்
			சூரியன் புதன்
			குரு சுக்ரன் கேது

ஹரிகேசநல்லூர் வெங்கட்ராமன்





குருபகவான் ஸ்தலமான ஆலங்குடியில்

குருபெயர்ச்சி திருநாள் 19-9-2005 திங்கள் அன்று

நடைபெறும் அன்னதான பணியிலும்,

ஸ்வாமி கண்ணன் பட்டாச்சாரியா

தலைமையில் சென்னையில் நடைபெறும்

மாபெரும் குருபெயர்ச்சி ஹோமத்திலும்

குடும்பத்துடன் நேரில் கலந்து கொள்ள அனைவரையும் அன்புடன் அழைக்கிறோம்.

பேரன்புடையீர் வணக்கம். ஆலங்குடி குருபகவான் தங்களுக்கு அனைத்து நலன்களையும், வளங்களையும் தந்தருள பிரார்த்திக்கிறோம்.

ஆலங்குடியில் அமர்ந்து அருள் பாலித்துக் கொண்டிருக்கும் அருள்மிகு ஏலவார்குழலி உடனுறை ஆபத்சகாயர் அருளாசியோடும் ஸ்ரீ தக்ஷிணாமூர்த்தியான குருபகவான் திருவருளோடும் ஆலங்குடியில் கன்னி ராசியிலிருந்து துலாம் ராசிக்கு பிரவேசமாகும் குருபெயர்ச்சி நாளான 19-9-2005 திங்கள் அன்று நடைபெற இருக்கும் அன்னதானத்தில் கலந்து கொண்டு குருபகவானின் பேரருளை பெற அனைவரையும் அன்புடன் அழைக்கிறோம். கடந்த 7 ஆண்டுகளாக ஒவ்வொரு மாதமும் பௌர்ணமி நாளில் திருவண்ணாமலையில் உள்ள சிவமடத்தில் அன்னதானம், ஹோமத் திருப்பணி செய்துவரும் "ஆன்மீகம் தெய்வீக மாத இதழ்" சார்பாக நடத்தப்படும் "ஸ்ரீ அன்னபூரணி அன்னதான சேவா டிரஸ்ட்" மூலம் ஆலங்குடியில் சிறப்பு மூர்த்தியான ஸ்ரீ குருபகவான் கோயில் அருகிலுள்ள வடக்கு வீதியில் நடைபெறும் அன்னதான திருப்பணியில் குடும்பத்துடன் நேரில் கலந்து கொள்ள அன்புடன் அழைக்கிறோம்.

அன்னதானத்திற்கு தாங்கள் அளிக்கும் நன்கொடை எவ்வளவு சிறியதாக இருந்தாலும் அன்புடன் ஏற்றுக்கொள்ளப்படும்.

- ரூ. 500 - அனுப்பும் அன்பர்களுக்கு, ஆன்மீகம் மாத இதழ் மூன்று மாதத்திற்கு அனுப்பி வைக்கப்படும்.
- ரூ. 1000 - அனுப்பும் அன்பர்களுக்கு, தாங்கள் விரும்பும் ஏதாவது ஒரு தெய்வீக மாத இதழ் ஆறு மாதத்திற்கு அனுப்பி வைக்கப்படும்.
- ரூ. 2000 - அனுப்பும் அன்பர்களுக்கு, தாங்கள் விரும்பும் ஏதாவது ஒரு தெய்வீக மாத இதழ் ஒரு வருடத்திற்கு அனுப்பி வைக்கப்படும்.
- ரூ. 5000 - அனுப்பும் அன்பர்களுக்கு, தாங்கள் விரும்பும் ஏதாவது ஒரு தெய்வீக மாத இதழ் ஐந்து வருடத்திற்கு அனுப்பி வைக்கப்படும்.

அன்னதானத்திற்கு நன்கொடையாக ரூ.500, ரூ.1000, ரூ.2000, ரூ.5000 அனுப்பும் அன்பர்களுக்கு குருபெயர்ச்சி ஹோமத்தில் வைத்து பூஜிக்கப்பட்ட வெள்ளெருக்கு வேர் விநாயகரும், ஸ்ரீ காமாட்சியம்மன் விளக்கு மற்றும் ஸ்ரீ குருபகவான் வண்ணப்படமும் அனுப்பி வைக்கப்படும்.

சென்னை மாநகரில் மாபெரும் குருபகவான் ப்ரீத்தி மகா ஹோமம்

குருபகவான் கன்னி ராசியிலிருந்து துலாம் ராசிக்கு பிரவேசிப்பதை முன்னிட்டு சென்னை திருவல்லிக்கேணி ஸ்ரீ யோக ஆஞ்சநேய சக்தி பீடாதிபதி விருட்ச சாஸ்திர வித்வான் பூஜ்ய ஸ்ரீ ஸ்வாமி கண்ணன் பட்டாச்சாரியா தமது வேத வித்வான்களின் குழுவுடன் குருபகவானால் ஏற்படும் சகலவித கிரக தோஷங்களுக்கு குருபகவான் ப்ரீத்தி மகா ஹோமத்தை 19-9-2005 குருபெயர்ச்சி அன்று காலை 6 மணிமுதல் 12 மணிவரை ஸ்ரீ யது கிரி ராஜமடம் 5, கிழக்கு குளக்கரை தெரு, திருவல்லிக்கேணி (ஸ்ரீ பார்த்தசாரதி கோயில் குளம் அருகில்) சென்னை-5-ல் நடத்துகிறார். இந்த மாபெரும் குருபெயர்ச்சி ஹோமத்தில் பங்குபெற விரும்பும் அன்பர்கள் தங்கள் நன்கொடைகளை அனுப்புவதோடு பெயர், நட்சத்திரம், ராசி, கோத்திரம் மற்றும் தங்களது பிரார்த்தனை போன்ற விவரங்களை தெளிவாக எழுதி அனுப்பினால் அதற்கேற்ப ஹோமமும் அன்னதானமும் செய்து அதற்கான பிரசாதங்கள் கூரியர் மூலம் அனுப்பி வைக்கப்படும். இம் மாபெரும் ஹோமத்தில் குடும்பத்துடன் நேரில் பங்கேற்று சங்கல்பமும், பரிகாரமும் செய்து கொண்டு பூர்ணாஹுதி வரை இருந்து பிரசாதம் பெற்றுக் கொள்ளலாம். நேரில் கலந்து கொள்பவர்களுக்கு அன்னதானம் வழங்கப்படும்.

குருபெயர்ச்சி ஹோமத்தில் பங்கு பெற பரிகார சங்கல்ப கட்டணம் ரூ.400/-

இந்த மாபெரும் ஹோமத்தில் நேரில் கலந்து கொள்ள முடியாதவர்கள் தங்கள் பெயர், நட்சத்திரம், ராசி, கோத்திரம் போன்றவற்றை தெளிவாக எழுதி அனுப்பினால் அவர்கள் சார்பாக பரிகார சங்கல்பம் செய்து அதற்கான பிரசாதங்களுடன் ஹோமத்தில் வைத்து பூஜிக்கப்பட்ட குருபகவான் வெள்ளி டாலர், ஸ்ரீ குருபகவான் யந்திரம், காமாட்சியம்மன் விளக்கு, அட்சதை, குங்குமம், நவகிரக தோஷ ரட்சை மற்றும் ஹோம பஸ்பத்துடன் கூரியர் மூலம் தங்களுக்கு அனுப்பி வைக்கப்படும்.

[illegible]

அன்னதானம், ஹோமத்திற்கு தாங்கள் அனுப்பும் நன்கொடையை Sri Annapoorani Annadhana Seva Trust, Chennai-28 என்ற பெயரில் Cheque / D.D/ M.O. மூலம் கீழ்கண்ட முகவரிக்கு அனுப்பி தங்களை இப்புனித பணியில் ஈடுபடுத்திக்கொள்ளுங்கள்.



நன்கொடைகளுக்கு 80G பிரிவின்படி வரிவிலக்கு உண்டு

Cheque / D.D. / M.O. அனுப்ப வேண்டிய முகவரி:

ஸ்ரீ அன்னபூரணி அன்னதான ஸேவா டிரஸ்ட்

SRI ANNAPOORANI ANNADHANA SEVA TRUST (Regd).
4, APPAVOO GRAMANI 3rd STREET (Opp. Telephone Ex.), R.A.PURAM, CHENNAI - 28.
Tel : 044 - 2495 9302 Fax : 044 - 5206 6525 E-mail : Sivasiva@vsnl.net



முன்னேற்றம் ஏற்படும். பிறந்த வீட்டு உறவினர்களால் அன்புத் தொல்லை அதிகரிக்கும். சுப விரயம் உண்டு.

பணிபுரியும் பெண்கள் : உத்தியோகத்தில் உள்ளவர்களுக்கு நல்ல யோகமான காலம். அரசு ஊழியர்களும் வங்கிப் பணியாளர்களும் உயர்வு பெறுவர்.

சந்திராஷ்டம நாட்கள் : 11ம் தேதி இரவு 10.58 முதல் 14ம் தேதி அதிகாலை 1.52 வரை.

பரிகாரம் : ஸ்ரீரங்கம் ஸ்ரீரங்கநாதப் பெருமாளின் படத்தை வைத்து தினமும் அதிகாலையில், நெய் தீபம் ஏற்றி வழிபடவும். ரங்கநாதாஷ்டகம் படித்து வருவது அதிக நன்மை அளிக்கும்.

குருப்பெயர்ச்சி பலன் : மிகப் பெரிய நன்மைகள் நடைபெறும் காலம். தொழில் சிறந்து விளங்கும். பண வரவு அதிகரிக்கும். அடிக்கடி வெளிநாட்டுப் பயணம் ஏற்படும். எதிரிகள் அனைவரும் நண்பர்களாக மாறுவர்.

மிதுன ராசி :



மிருகசீரிஷம் 3, 4 ஆம் பாதங்கள், திருவாதிரை, புனர்பூசம் 1,2,3 ஆம் பாதங்கள்.

பொது : தொழில் மேன்மை அடையும். தாய் வழிச் சொத்து கிடைக்கும். உடன்பிறந்தவர்களால் நன்மை ஏற்படும். சுப நிகழ்ச்சிகளில் கலந்து கொள்வீர்கள். ஆன்மிகத்தில் நாட்டம் அதிகரிக்கும். கண் அல்லது பல் தொடர்பான நோய்கள் உருவாகலாம். பொருளாதார நிலையில் நல்ல முன்னேற்றம் ஏற்படும்.

இல்லத்தரசிகள் : விருந்தினர்கள் வருகை அதிகரிக்கும். திடீர்ப் பயணமாக குலதெய்வக் கோவிலுக்குச் சென்று தரிசனம் செய்து விட்டு வருவீர்கள்.

பணிபுரியும் பெண்கள் : உத்தியோகம், தொழில் அனைத்தும் மனதிற்கு திருப்தி அளிக்கும் வகையில் நடைபெறும். மேலதிகாரிகளின் பாராட்டுதல்களைப் பெறுவீர்கள்.

சந்திராஷ்டம நாட்கள் : 14ம் தேதி அதிகாலை 1.52 முதல் 16ம் தேதி அதிகாலை 4.18 வரை.

பரிகாரம் : ஹயக்ரீவப் பெருமாளையும், சரஸ்வதியையும் வழிபட்டு வரவும். வியாழக் கிழமைகளில் தக்ஷிணா மூர்த்திக்கு நல்லெண்ணெய் தீபம் ஏற்றி வழிபடவும்.

குருப்பெயர்ச்சி பலன் : அளவிட முடியாத நன்மைகள் நடைபெறும். பாதச்சனியால் பாதகம் விளையாமல் குரு பார்வை உங்களைக் காப்பாற்றும்.

கடக ராசி :



புனர்பூசம் 4 - ஆம் பாதம், பூசம், ஆயில்யம்.

பொது : நிதி நிலவரம் திருப்திகரமாக விளங்கும். கொடுத்த வாக்குறுதிகளை உரிய நேரத்தில் காப்பாற்றி விடுவீர்கள். திருமணத் தடை விலகும். ஜென்ம சனியை செவ்வாய் பார்ப்பதால் 16ம் தேதி வரை உடலாரோக்கியத்தில் அதிக கவனம் செலுத்த வேண்டும். தொழில் முன்னேற்றம் சிறந்து விளங்கும். இல்லத்தில் சுபநிகழ்ச்சிகளுக்கான ஏற்பாடுகளை மும்முரமாகச் செய்வீர்கள்.

இல்லத்தரசிகள் : குடும்பம் மகிழ்ச்சியாக விளங்கும். ஆன்மிக ஈடுபாடு அதிகரிக்கும். உறவினர்கள் சிலர் உங்களின் உதவியை எதிர்பார்ப்பார்கள்.

பணிபுரியும் பெண்கள் : அலுவலகத்தில் செல்வாக்கு உயரும். கல்வித் துறை, நீதித் துறை போன்ற பேசும் தொழிலே தொழிலாய்க் கொண்டவர்கள் அதிக நன்மை பெறுவர்.

சந்திராஷ்டம நாட்கள் : 16ம் தேதி காலை 4.18 முதல் 18ம் தேதி காலை 6.54 வரை.

பரிகாரம் : சிவ வழிபாடு செய்து வரவும். திங்கட்கிழமைகளில் அருகில் உள்ள சிவன் கோவிலுக்குச் சென்று நல்லெண்ணெய் தீபம் ஏற்றவும். சிவபுராணம் அல்லது லிங்காஷ்டகம் படித்து வருவது நலம்.

குருப்பெயர்ச்சி பலன் : தொழில் ஸ்தானத்தை குரு பார்ப்பதால் உத்தியோகம் சுயதொழில் அனைத்தும் சிறப்பாக நடைபெறும்.



சிம்ம ராசி :

மகம், பூரம், உத்திரம் 1-ஆம் பாதம்.

பொது : தொழிலில் ஏற்பட்ட சிக்கல்கள் அனைத்தும் இருந்த இடம் தெரியாமல் மறைந்து விடும். பொருளாதார நிலையில் 13ம் தேதிக்குப் பிறகு நல்ல முன்னேற்றம் ஏற்படும். இரண்டாமிடத்து கிரகச் சேர்க்கை காரணமாக குடும்பத்தில் உள்ளவர்களின் ஒத்துழைப்பை எதிர்பார்க்க முடியாது. எந்த ஒரு விஷயத்திலும் உங்களின் கருத்திற்கு முரண்பட்ட கருத்தாகவே பிறர் பேசுவார்கள்.

இல்லத்தரசிகள் : விட்டுக் கொடுக்கும் மனோபாவமும் சகிப்புத் தன்மையும் இருந்தால் குடும்பத்தில் அமைதி நிலவும்.

பணிபுரியும் பெண்கள் : தொழிலில் உயர்வு ஏற்படும். உத்தியோகத்தில் பதவி உயர்வு பெறும் வாய்ப்பு உள்ளது. கடுமையான எதிர்ப்புகளுக்கிடையே மேன்மை பெறுவீர்கள்.

சந்திராஷ்டம நாட்கள் : 18ம் தேதி காலை 6.54 முதல் 20ம் தேதி காலை 10.33 வரை.

பரிகாரம் : "த்ரிபுரா த்ரிபுரேசி த்ரிபுரசுந்தரி த்ரிபுரவாஸினி த்ரிபுராஸ்ரீ த்ரிபுரமாலினி த்ரிபுராஸித்தா த்ரிபுராம்பிகா மஹாத்ரிபுரசுந்தரி லலிதாமஹாத்ரிபுரசுந்தரி பராபட்டாரிகா" என்னும் நவாவர்ண தேவதைகளின் திருநாமத்தை தினமும் ஒன்பது முறை உச்சரிக்கவும்.

குருப்பெயர்ச்சி பலன் : பிள்ளைகளின் முன்னேற்றம் சிறந்த விளங்கும். சொத்து சேரும். திருமணத்தடை விலகும்.



கன்னி ராசி :

உத்திரம் 2, 3, 4 - ஆம் பாதங்கள், ஹஸ்தம், சித்திரை 1, 2 ஆம் பாதங்கள்.

பொது : அதிக அளவில் நன்மைகள் நடைபெறும். ஆடை ஆபரணச் சேர்க்கை உண்டு. லக்ஷ்மி கடாக்ஷம் பரிபூரணமாகக் கிடைக்கும் மாதம் இது. தொழிலில்

ஆச்சரியப்படும் அளவிற்கு மிகப் பெரிய முன்னேற்றம் ஏற்படும். அயல்நாடு செய்ய முயற்சி செய்து கொண்டிருப்பவர்களுக்கு அதில் உள்ள தடைகள் நீங்கும். நீண்ட கால திருமணத் தடை விலகும்.

இல்லத்தரசிகள் : சுபிட்சம் உங்கள் இல்லத்தில் நிரந்தரமாகக் குடிகொண்டு விடும். பெரும்பாலான கிரகங்கள் சாதக மான நிலையில் உலவுவதால் நினைப்பது நிறைவேறும். உடல் ஆரோக்கியம் சிறிது பாதிக்கப்பட வாய்ப்புள்ளதால் அதில் மட்டும் சற்று அக்கறை செலுத்தவும்.

பணிபுரியும் பெண்கள் : பதவி உயர்வு களும், அதிகார பலமும் மிகப் பெரிய பொறுப்புகளும் வந்து சேரும் யோகமான காலம்.

சந்திராஷ்டம நாட்கள் : 20-ம் தேதி காலை 10.33 முதல் 22ம் தேதி மாலை 4.15 வரை.

பரிகாரம் : ஓம் நமோ பகவதே வாசு தேவாய

தன்வந்த்ரயே அமிர்த கலச ஹஸ்தாய

சர்வ ஆமய நாசநாய த்ரைலோக்ய நாதாய

ஸ்ரீமஹா விஷ்ணுவே நமஹ :

என்னும் தந்வந்த்ரி மந்திரத்தை தினமும் 16 முறை சொல்லி வழிபடவும்.

குருப்பெயர்ச்சி பலன்: உடல் ஆரோக்கியம் சிறப்பாக விளங்கும். தொழி லில் பன்மடங்கு மேன்மை அடைவீர்.

துலாம் ராசி :



சித்திரை 3, 4 - ஆம் பாதங்கள், சுவாதி, விசாகம் 1,2,3 - ஆம் பாதங்கள்.

பொது : 7ம் தேதி முதல் நன்மைகள் அதிகமாக நடைபெறும். 13-ம் தேதி முதல் 19-ம் தேதி வரை அனாவசியச் செலவுகள் ஏற்படும். கடன் வாங்குவதையும் கொடுப் பதையும் தவிர்ப்பது நலம். பொருளாதார ரீதியான சிறு சிறு பிரச்னைகள் ஏற்பட லாம். மற்ற அனைத்து விஷயங்களும் உங் களுக்குச் சாதகமாக நடைபெறும். திருமணம் நிச்சயிக்கப்படும்.

இல்லத்தரசிகள் : மாத முற்பகுதியில் சில சுப நிகழ்ச்சிகள் நடைபெறும். உடல்

ஆரோக்கியம் பாதிக்கப்பட்டிருந்தவர்கள் பூரண குணம் அடைவர். கணவரின் தொழில் முன்னேற்றம் அடையும்.

பணிபுரியும் பெண்கள் : பணி இடமாற்றம் சிலருக்கு ஏற்படும். அது உங்கள் விருப்பத்திற்கு மாறாக இருக்கலாம். எதிலும் நிதானம் தேவை.

சந்திராஷ்டம நாட்கள் : 22-ம் தேதி மாலை 4.24 முதல் 24ம் தேதி நள்ளிரவு 12.18 வரை.

பரிகாரம் :

வயலி நகரில் அருள்பெற மயில்மிசை
உதவு பரிமள மதுகர வெகுவித
வனச அலசடி கனவிலு நனவிலு
மறவேனே

என்னும் அருணகிரிநாதர் பாடிய வயலூர் திருப்புகழ் வரிகளை இயன்ற போதெல்லாம் சொல்லிக் கொண்டே இருங்கள். ஆறுமுகனை வழிபாட்டால் ஏறுமுகம்தான்.

குருப்பெயர்ச்சி பலன் : குடும்ப முன்னேற்றம் சிறந்து விளங்கும். இல்லத்தில் சதாசர்வ காலமும் வாழை மரமும் தோரணமும் மங்கல இசையும் மங்களம் சேர்க்கும்.



விருச்சிக ராசி :

விசாகம் 4 - ஆம் பாதம், அனுஷம், கேட்டை.

பொது : நன்மைகள் அதிகம் நடைபெறும் மாதம். சுயதொழில் புரிவோர்க்குத் தடைகள் விலகும். சுபச் செலவுகள் உண்டு. புதிய வீடு, வாகனம், வாங்கும் யோகம் வலுவாக உள்ளது. மாணவ மாணவியர் சாதனை புரிவர். திருமணத் தடை விலகும்.

இல்லத்தரசிகள் : மகன் அல்லது மகளின் திருமணம் நிச்சயிக்கப்படும். சிலர் பாட்டி ஆகும் நேரமிது. வாழையடி வாழையென வம்சம் விருத்தி ஆவதைக் கண்டு பூரிப்படைவீர்கள்.

பணிபுரியும் பெண்கள் : அரசு ஊழியர்கள் பதவி உயர்வு பெறுவர். அலுவலகத்தில் செல்வாக்கு உயரும். உடன் பணிபுரிபவர்களுடன் இருந்து வந்த கருத்து வேறுபாடுகள் நீங்கி மகிழ்ச்சியான சூழல் உருவாகும்.

சந்திராஷ்டம நாட்கள் : 24ம் தேதி நள்ளிரவு 12-18 முதல் 27ம் தேதி காலை 10.36 வரை.

பரிகாரம் :

"சிருஷ்டி கர்த்தி ப்ரம்ம ரூபா கோப்த்ரி
கோவிந்த ரூபிணி சம்ஹாரிணி ருத்ர
ரூபா
த்ரோதான கரீஸ்வரி சதாசிவ
அனுக்ரதா
பஞ்சக்ருத்ய பாராயணா"

என்று தினமும் 11 முறை சொல்லி ஐந்தொழிலாற்றும் அம்பிகையைச் சரணடையுங்கள்.

குருப்பெயர்ச்சி பலன் : செலவுகள் அதிகரிக்கும். சுப விரயங்கள் அதிகரிக்கும். சேமிப்பு கரையும்.



தனுசு ராசி :

மூலம், பூராடம், உத்திராடம் 1 - ஆம் பாதம்.

பொது : அஷ்டமத்து சனி ஒன்றைத் தவிர மற்ற அனைத்து கிரகங்களும் உங்களுக்குச் சாதகமான நிலையில் உலவுவதால் நன்மைகள் பெருமளவு நடைபெறும். தொழில் முன்னேற்றம் அடையும். பொருளாதார சிக்கல்களிலிருந்து சிறிது சிறிதாக மீண்டு விடுவீர்கள்.

இல்லத்தரசிகள் : குடும்பத்தில் நிலவி வரும் கருத்து வேறுபாடுகள் மாத இறுதியில் மறைந்து விடும். மிகப் பெரிய யோகமான பலன்கள் நடைபெறாவிட்டாலும் தீமைகள் எதுவும் இல்லை.

பணிபுரியும் பெண்கள் : உத்தியோகத்தில் எந்தப் பிரச்னையும் வராது.

சந்திராஷ்டம நாட்கள் : 27ம் தேதி காலை 10.36 முதல் 29-ம் தேதி இரவு 10.24 வரை.

பரிகாரம் : சிவ வழிபாடு செய்து வரவும். முடிந்தால் ஏதேனும் ஒரு சனிக்கிழமையன்று திருவண்ணாமலையில் கிரிவலம் செய்யவும்.

குருப்பெயர்ச்சி பலன் : தொழிலில் இருந்து வந்த பிரச்னைகள் தீரும். ஜீவன ஸ்தானம் வலுப்பெறும். பிள்ளைகள் முன்னேற்றம் சிறந்து விளங்கும். திருமணத் தடைகள் விலகும்.

மகர ராசி :



உத்திராடம் 2, 3, 4 - ஆம் பாதங்கள், திருவோணம், அவிட்டம் 1, 2 - ஆம் பாதங்கள்.

பொது : இது ஒரு சுமாரான மாதம். ஒருசில நன்மைகளும் நடைபெறும். தொழில் தொடர்பான நிச்சயமற்ற தன்மை மாத இறுதியில் சரியாகி விடும். உடல்நலன் லேசாக பாதிக்கப்படலாம். புதனும் சுக்ரனும் சாதகமாக உள்ளதால் சோதனைகளை வென்று சாதனை புரிவீர்கள்.

இல்லத்தரசிகள் : மாத முற்பகுதியில் ஒருசில கசப்பான அனுபவங்கள் நிகழலாம். ஆனால் மாதப் பிற்பகுதி உங்களுக்கு ஆறுதல் அளிக்கும்.

பணிபுரியும் பெண்கள் : உத்தியோகத்தில் ஏதோ மிகப் பெரிய மாற்றங்கள் வருவது போல் பூச்சாண்டி காட்டும். கடைசியில் பார்த்தால் எல்லாம் புஸ்வாணம் போல் ஆகிவிடும்.

சந்திராஷ்டம நாட்கள் : 2-ம் தேதி பிற்பகல் 3.09 முதல் 5-ம் தேதி அதிகாலை 2.15 வரை. மீண்டும் 29-ம் தேதி இரவு 10.24 முதல் மாத இறுதி வரை.

பரிகாரம் : மாத முற்பகுதியில் சூரியன் 8-ல் உள்ளதால் ஆதித்ய ஹ்ருதயம் படித்து வரவும். சனிக்கிழமைதோறும் நவக்கிரக சந்நிதியில் நல்லெண்ணெய் தீபம் ஏற்றி வழிபட்டு ஒன்பது முறை வலம் வரவும்.

> **குருப்பெயர்ச்சி பலன் :** உயர் பதவி பெறுவீர்கள். பண வரவு கொழிக்கும். சொந்த வீடு வாகனம் வாங்குவீர்கள்.

கும்ப ராசி :



அவிட்டம் 3, 4 - ஆம் பாதங்கள், சதயம், பூரட்டாதி, 1, 2, 3 - ஆம் பாதங்கள்.

பொது : வீட்டில் சுபநிகழ்ச்சிகள் நடைபெறும். உடலாரோக்கியம் சிறந்து விளங்கும். பணவரவு அதிகரிக்கும். எதிரிகளும் நண்பர்களாவார்கள். வழக்கு வியாஜ்ஜியங்கள் சாதகமாக முடியும். தொழில் முன்னேற்றம் சிறந்து விளங்கும். அனைத்து விஷயங்களிலும் தடைகள் விலகும்.

இல்லத்தரசிகள் : அங்கமெங்கும் தங்க நகை ஜொலிக்கும். நீண்ட காலமாக மனதில் சுமந்து கொண்டிருந்த பாரங்களை இறக்கி வைத்து விட்டு கலகலப்புடன் காணப்படுவீர்கள்.

பணிபுரியும் பெண்கள் : பதவி உயர்வும் சம்பள உயர்வும் கிடைக்கும். அந்தஸ்து உயரும்.

சந்திராஷ்டம நாட்கள் : 5ம் தேதி அதிகாலை 2.15 முதல் 7ம் தேதி காலை 11.29 வரை.

பரிகாரம் : வெள்ளிக் கிழமைகளில் லக்ஷ்மி சகஸ்ரநாமம் படிக்கவும்.

> **குருப்பெயர்ச்சி பலன் :** பிரச்னைகள் அனைத்தும் தீரும். உடல்நலன் சிறந்து விளங்கும். குடும்பத்தில் சுபநிகழ்ச்சிகள் நடைபெறும்.

மீன ராசி :



பூரட்டாதி 4 - ஆம் பாதம், உத்திரட்டாதி, ரேவதி.

பொது : திருமணத்தடை விலகும். தொழில் முன்னேற்றம் சிறந்து விளங்கும். உடல் ஆரோக்கியம் சீர் பெறும். சொந்த வீடு வாங்கும் யோகம் வலுவாக காணப்படுகிறது. வெளிநாடு சென்று வரும் வாய்ப்புள்ளது. பொது வாழ்க்கையில் ஈடுபட்டுள்ளவர்களுக்கு பாராட்டுகளும் பதவிகளும் கிடைக்கும். சமூக அந்தஸ்து உயரும்.

இல்லத்தரசிகள் : குடும்பம் குதூகலத்துடன் காணப்படும். பிறந்த வீட்டுச் சொத்து சிலருக்குக் கிடைக்கும். உடன் பிறந்தவர்களால் பல நன்மைகள் நடைபெறும்.

பணிபுரியும் பெண்கள் : அலுவலகத்தில் மதிப்பும் மரியாதையும் அதிகரிக்கும். உங்கள் திறமைகளையும் பொறுப்புணர்ச்சியையும் அனைவரும் பாராட்டுவார்கள்.

சந்திராஷ்டம நாட்கள் : 7ம் தேதி காலை 11.29 முதல் 9ம் தேதி மாலை 6.20 வரை.

பரிகாரம் : வியாழக்கிழமை தோறும் ஆஞ்சநேயரை வழிபட்டு வரவும்.

> **குருப்பெயர்ச்சி பலன் :** நிறைய பணம் வரும். செலவும் அதைவிட அதிகமாக இருக்கும். தொழில் மேன்மை அடையும்.

மங்கையர் மலர்



• ஆசிரியருடன் ரோகிணி

மங்கையர் சக்தி
மகத்தான சக்தி

மங்கையர் மலர் வெள்ளிவிழா



• கைத்தொழில் செயல்முறை விளக்கம்

• கே.பி. நடராஜன்

• பா. ஐஸ்வர்யா

• சமூகசேவகி தேவிகா



மாங்கனி நகரில்



கோலாகல வெள்ளி விழா

வழங்கியோர்:
சின்தால் சோப்







- சின்தால் நிறுவனத்தினர் மற்றும் ரோகிணி



மங்கையர் திருவிழா!

பெண்கள் மட்டுமே கலந்து கொள்ள அனுமதிக்கப்பட்டிருந்த விழாவுக்கு கூப்பனுடன் பதிவு செய்ய வந்திருந்தார் முதல் ஆடவர்! "விடிஞ்சதுலேர்ந்து என் மனைவி, என்னை வீட்ல இருக்க விடலைங்க. முதல் ஆளா கூப்பனைப் பதிஞ்சு வீட்டுக்கு வாங்கிட்டு வந்திடுங்க. வீட்டு வேலையெல்லாம் முடிச்சுட்டு நான் கட்டாயம் ஃபங்ஷனுக்குப் போயாகணும்னு சொல்லிட்டாங்க. அதாங்க செவ்வாய்ப்பேட்டையிலேர்ந்து அண்ணா பூங்காவுக்கு சைக்கிளை மிதிச்சுட்டு வந்துட்டேன்!" எனக் கூறிய ஜி. சத்யநாராயணன் என்பவரின் மனைவி எஸ். கீதாராணி மங்கையர் மலர் இதழின் பதினைந்து வருட வாசகி.

உழைப்போம்; உயர்வோம் என்கிற ஒருமித்த குரலுடன், "பணம் பண்ணலாம் வாங்க" என்று அழைப்பு விடுத்ததின் பேரில் மாங்கனி நகரத்து மங்கையர் மலர் வாசகியர்கள் பலரும் சேலம், ஓமலூரர் மெயின்ரோடு, சுமங்கலி கல்யாண மண்டபத்தில் ஜூலை 24ம் தேதி அன்று குவிந்து விட்டனர்.

காலை 9.30 மணியளவில் ஆசிரியர் ரேவதி சங்கரனின் கடவுள் வாழ்த்துப் பாடலுடன் விழாவின் நிகழ்ச்சிகள் இனிதே துவங்கின. சமூக சேவையில் சர்வதேச அளவில் விருது பெற்றவரும், சேலம் - பாரதியார் மக்கள் நல்வாழ்வு சங்கம் வாயிலாக இருபத்தைந்தாயிரம் பெண்களுக்கும் மேலாக அனைவரது குடும்ப வாழ்விலும் உயர்வடையச் செய்துள்ளவருமான சமூக சேவகி தேவிகா சிறப்புரையாற்றினார். இதனைத் தொடர்ந்து வாசகிகள் கேள்விகள் கேட்க, பங்குபெற்ற வாசகியர் அனைவருக்கும் முருகன் ஸ்டோர்ஸ் வழங்கிய பௌல் செட் பரிசாக அளிக்கப்பட்டது.

அதனையடுத்து காசா லேசா வினாடி வினா நிகழ்ச்சியில் வாசகியர்கள் பங்கேற்று கலக்கி எடுத்து விட்டனர். அப்புறமென்ன? காசு பணம்னா லேசா வந்துடுமா! ஒரு குழுவுக்கு மூன்று பெண்கள் என, ஐந்து குழுக்கள். அதில் தாய் - அனுராதா,

• சினிமா - பணமா நிகழ்ச்சியில்...



மகள் லக்ஷ்மி பிரியா, மாமியார் சந்திர பிரபா ஆகிய மூவரும் கூட்டணி அமைத்து ஒரு குழுவில் பொது அறிவினைப் பெரிதும் வெளிப்படுத்தும் விதமாக அமைந்திருந்தது வினாடி வினா. வெற்றி பெற்ற குழுவுக்கு போத்தீஸ் வழங்கிய புடைவை பரிசும், ஆறுதல் பரிசு பெற்ற குழுவுக்கு முருகன் ஸ்டோர்ஸ் வழங்கிய கேஸ் ஸ்டவ்வும் மற்றும் அனைவருக்கும் ஸ்மைமரும் பரிசாகக் கிடைத்தன.

தேநீர் இடைவேளைக்குப் பின் மேடையேறிய மங்கையர்கள் திட்டத் திலகங்களாக மாறிப் போயிருந்தனர். ஆமாம், உங்களிடம் ரூபாய் இருபத்தைந் தாயிரம் தந்து, எப்படி ஒரு தொழிலை வெற்றிகரமாக நடத்துவீர்கள் என்பதை விளக்கிக் கூற வேண்டும் என்பது போட்டி. அதில் 'வீட்டிலேயே பூச்சிக் கொல்லி இல்லாத காய்கறித் தோட்டம் அமைத்து எப்படி பணம் பண்ணலாம்' என்பதை அழகாகத் திட்டம் போட்டுக் காட்டிய சேலம் மகாலெட்சுமி என்பவர் மங்கைய மலர் 'திட்டத் திலகம்' ஆகத் தேர்ந்தெடுக்கப்பட்டு முதல் பரிசினைத் தட்டிச் சென்றார். 'இவர்களுக்கு புட்டு குடமும் பாரீஸ் ஷுகரின் கிஃப்ட் ஹாம் பரும் அளிக்கப்பட்டது.

உன்னி கேட்டரிங்க்ஸ் நிறுவனத்தால் அன்புடன் அளிக்கப்பட்ட மதிய உணவுக்குப் பின்னர், நிகழ்ச்சிகள் மீண்டும் இனிதே துவங்கின. வெள்ளித் திரை நட்சத்திரமும், சின்னத்திரை தாரகையுமான நடிகை ரோகிணியின் சிறப்புரை : "எந்த விஷயத்தையும் தள்ளிப் போடுவதென்பது, நமது முன்னேற்றத் துக்கு முட்டுக்கட்டை ஆகிவிடும். எதற்குமே உடனே செயல்படத் துவங்கினால் அதில் பாதி வேலைகள் முடிந்து விடும். நமது நாட்டில் எந்தவொரு விஷயத்தை யும் மகளிர் சுய உதவிக் குழுக்கள் வசம் ஒப்படைத்து விட்டால் போதும். அது உடனே இந்த நாட்டின் கடைக்கோடி கிராமம் வரைக்கும் சென்றடைந்து விடும் என்கிற நெட் ஒர்க் ஒன்று உருவாகி விட்டது!" என்று சிறப்புரையில் குறிப்பிட்டார் நடிகை ரோகிணி.

பெண்கள் வீட்டிலிருந்தபடியே சம்பாதிக்க என்னென்ன கைத்தொழில்கள் கைகொடுக்கும்? இதற்கான செயல்முறை விளக்கம். கருணா, எஸ். ஈஸ்வரி, பேபி சுமத்ரா, சுமதி ஆகியோர் நடைமுறையில் அருமையான வகைகளில் மிக மிகக் குறைந்த பணத்தைக் கொண்டு முதலீடாக்கி, என்னென்ன கைத்தொழில்கள்

• திட்டத் திலகம் - பரிசு பெற்றவர்கள்





நன்றி



1. சின்தால் சோப்
2. கே.பி.என். டிராவல்ஸ்
3. சௌபாக்யா வெட்கிரைண்டர்
4. பி.வி.ஜி. இண்டஸ்ட்ரீஸ்
5. வி.பி.ஜே.
6. விஜய் ஹோம் அப்ளையன்சஸ்
7. பாரீஸ் ஷுகர்
8. முருகன் மெட்டல் இண்டஸ்ட்ரீஸ்
9. போத்தீஸ்
10. ஜி.கே.ஆஸ்ட்ரோ
11. லக்ஷ்மி முத்து மாளிகை

செய்து வாழ்வில் உயரலாம் என்பதை மேடையில் விளக்கினர். அவர்களுக்குப் பரிசாக விஜய் ஹோம் அப்ளையன்ஸ் வழங்கிய மல்டி பர்பஸ் எலக்ட்ரிக் பேன் வழங்கப்பட்டது.

அதற்கடுத்து வந்தது சூடும் சுவையும் மிகுந்த ருசிகர பட்டிமன்றம். சேலத்தில் நிகழ்ச்சி நடைபெறுவது ஆடி மாதத்தில். பெண்களுக்கும், ஆடி மாதத்துக்கும், தள்ளுபடிக்கும் ஒரு முக்கூட்டு நட்புறவு உண்டல்லவா? அதனால் பட்டிமன்றத் தலைப்பே, ஆடித் தள்ளுபடி லாபமா? நஷ்டமா? என்பதாக அமையப் பெற்றிருந்தது. பட்டிமன்ற நடுவராக நடிகை ரோகிணி. இறுதியாக வழக்கினைத் தள்ளுபடி செய்து, இரு அணியினரின் வாதங்களைச் சீர்தூக்கி இதுவும் சரிதான்; அதுவும் சரிதான் என்கிற தீர்ப்பு வழங்கினார். லாபம் என்கிற அணியில் பேசிய கண்மணி, நஷ்டம் என்கிற அணியில் கார்த்திகேயன் ஆகிய இருவர்க்கும் சௌபாக்கியாவின் கிரைண்டர் முதல் பரிசாகவும் கலந்து கொண்டவர்களுக்கு ப்ரஷர் குக்கரும் வழங்கப்பட்டது.

ஒரு பொருளை உங்களிடம் தந்தால் அதனை எவ்விதம் விற்பனை செய்வீர்கள்? என்று கேட்டு, "அய்யா வாங்க... அம்மா வாங்க..." என்கிற தலைப்பிலான விற்பனை யுக்தி வெளிப்படுத்த வேண்டிய திடீர்ப் போட்டியாக அறிவித்தனர். தண்ணீர் செலவாகாத சோப்பு, பேசும் கண்ணாடி, காய்கறி ஆபரணங்கள் (கள்வர் பயம் தேவையில்லை!) காகிதச் சேலை என்று விற்க கொடுக்கப்பட்ட பொருள்களை மேடையில் ஏறிய வாசகிகள் கூவிக் கூவி அழைத்து விற்பனை செய்த காட்சி அருமை! இறுதியாக காகிதச் சேலை அணியின் மூவர் குழுவே முதல் பரிசினை அள்ளியது. இவர்களுக்கு போத்தீஸ் புடவையும், முருகன் ஸ்டோர்ஸின் கேஸ் ஸ்டவ்வும் பரிசாக வழங்கப்பட்டது. இரண்டாவது பரிசு பெற்ற குழுவுக்கு கேஸ் ஸ்டவ்வும் மற்ற அனைவருக்கும் வாட்டர் ஃபில்டரும் கிடைத்தது.

இறுதியாக திரைப்படங்களில் இடம் பெற்றிருக்கும் பணம் குறித்தான திரை இசைப் பாடல்களைப் பாடி ஆடிக் காட்டும் 'சினிமா பணமா' நிகழ்ச்சி. அரை மணி நேரம் அரங்கமே ஆனந்தத்தில் நிறைந்தது.

பாட்டுப் பாடியவர்களுக்கு கேஸ் ஸ்டவ் பரிசு! மங்கையர் மலர் வெள்ளி விழா நிகழ்ச்சியில் சிறப்புப் பரிசு இல்லாமலா? கே.பி.என். டிராவல்ஸ் அதிபர் நடராஜன் அவர்கள் அன்புடன் அளித்த டி.வி.எஸ்.எக்ஸ்.எல். சூப்பர் இரு சக்கர வாகனம் சிறப்புப் பரிசு, சேலம் மரவனேரி, பாலபாரதி மெட்ரிகுலேஷன் மேனிலைப் பள்ளியின் பத்தாம் வகுப்பு மாணவி பா. ஐஸ்வர்யாவுக்கு அதிர்ஷ்டக் குலுக்கல் முறையில் கிடைத்தது. அம்மா வசந்தியும், அப்பா பாஸ்கரும் தள்ளு வண்டியில் உணவுப் பொட்டலங்கள் வைத்து விற்பனை செய்பவர்கள். பா. ஐஸ்வர்யாவின் எதிர்கால வாழ்க்கைக்குப் பேருதவியாக அமைந்து விட்டது இந்தப் பரிசு!

கட்டுரை :
இந்திரா அரசு



மௌனம் பேசியதே



நமது உடல் பஞ்ச இந்திரியங்களைக் கொண்டது. (கண், காது, மூக்கு, வாய், மெய்) இதில் வாய் மட்டுமே 'கர்மேந்திரியமாகவும், ஞானேந்திரமாகவும் இருக்கிறது. மற்றவை அனிச்சை செயலாகத்தான் இருக்கிறது.

வாய் மட்டுமே இச்சையாகவும், அனிச்சையாகவும் அதாவது பேசி, ருசி உணர்ந்து மேலும் மற்ற இந்திரியங்களின் உணர்வுகளை வெளிப்படையாக வெளிகொண்டு வருவதுமாக இருக்கிறது.

இந்த வாயினால் நாம் ருசியான பதார்த்தங்களை வயிறுபுடைக்கச் சாப்பிட்டு கடைசியில் அஜீரணமாகி துன்புறுகிறோம்.

மேலும் இந்த வாயினால் பல வாதப்பிரதிவாதங்களை அனாவசியமாக வளர்த்துக் கொண்டு வேண்டாத சண்டை சச்சரவுகளை வளர்த்துக் கொள்கிறோம். இவைகளைக் குறைக்க ஒரே வழி 'மௌனம்'. மனதை அடக்கினால் 'மௌனம்' தானாக வரும். நம் காலம் சென்ற காஞ்சி மாமுனி பல வருடக்கணக்கில் மௌனமாக இருந்து சமாதி அடைந்தார் என்பது பலரும் அறிந்த உண்மை.

நடைமுறையில் இதைச் சொல்வது எளிது. இதற்கு முதற்கட்டம் உபவாசம். உபவாசம் இருந்தால் வாய் திறக்க வழியில்லை. வாய் திறக்க வழியில்லை என்றால் பேச்சுக்கு இடமே இல்லை, இப்பொழுது 'மௌனம்' செயல்படத் துவங்கி விடுகிறது.

மௌனம் எல்லா நாட்களும் இருக்க முடியாதவர்கள் அவரவர் விரதம் இருக்கும் நாட்களில் மௌனம் இருந்தால் நல்லது.

விரத நாட்களில் ஆரம்பிக்கும் 'மௌனம்' படிப்படியாக வாழ்க்கையில் தினம் ஒரு மணி நேரமாக இருக்க ஆரம்பித்தால் பிற்காலத்தில் 'மௌன சாமி' என்று பெயர் எடுக்கும் அளவுக்குப் போய் விடலாம்.

மௌன விரதம் என்று சொல்லிக் கொண்டு கைகளால் ஜாடை

மங்கையர் சக்தி
மகத்தான சக்தி
மங்கையர் மலர் வெள்ளிவிழா

சிரித்து வாழ வேண்டும்!

சிரிப்பு... இதன் சிறப்பைச் சீர்தூக்கிப் பார்ப்பதே நமது பொறுப்பு
சிந்திக்கத் தெரிந்த மனித இனத்திற்கே சொந்தமான கையிருப்பு - வேறு ஜீவராசிகள் செய்ய முடியாத செயலாகும்



இந்தச் சிரிப்பு -
எவ்வளவு உண்மை! ஆண்கள் 8 முறை மட்டுமே சிரிக்கிறார்கள். பெண்கள் 64 முறையாம்! குழந்தைகள் 400 முறை என்று ஒரு கணிப்பு கூறுகிறது. மற்ற ஆண்களைப் போல்

காட்டுவது, எழுதிக் காட்டுவது போன்ற தவறுகளைச் செய்யாமல் இருந்தால் நல்லது. அட, நாம்தான் மௌன விரதம் இருக்கிறோமே என்று மனதை அள்ளும் டீவி. அல்லது பாடல்களைக் கேட்பதைத் தவிர்க்க வேண்டும். இச்சமயத்தில் பகவத் நாமா சொல்லலாம்.

உலகில் மிகப் பெரிய விரதம் 'மௌன விரதம்' இது இடமும் சுத்தியும் தரும். இந்த உபாசனைக்குச் சிறந்த நாள் அவரவர் ஜன்ம நட்சத்திரம்.

'மௌன'மாக இருக்க ஆரம்பித்தாலே ஐம்பொறிகள் அடங்கி விடுகின்றன. இதனால் மற்ற இந்திரியங்களும் அடங்கி ஒரு நிலைப்படுகிறது என்பது விஞ்ஞான உண்மை!

குரு, மந்திரம், தெய்வ நாமம் இவை மூன்றும் மௌன விரதத்தில் ஒரே நேர்க்கோட்டில் ஒன்றாகச் செல்லும்

அல்லாமல் சிரிக்க வைத்து சிந்திக்க வைத்த கொடையாளர் திரு என்.எஸ்.கிருஷ்ணன் அவர்கள். அந்தக் காலத்தில் மேடை நாடகங்களிலும் திரைப்படங்களிலும் நகைச்சுவைக் காட்சிகளுக்கு முக்கியத்துவம் கொடுத்தனர். மனதில் பதியவேண்டிய நல்ல கருத்துகளைக் கோமாளி கூறும்போது எளிதில் மக்களால் ஏற்றுக் கொள்ளப்பட்டது என்பது உண்மை. சிரிக்க வைத்தவர் சிந்திக்கவும் வைத்தார். தொலை நோக்கு உள்ளவராக 1950ல், 'பட்டனைத் தட்டி விட்டா ரெண்டு இட்டிலி வந்து விடும்' என்று இன்றைய விஞ்ஞான வளர்ச்சியைச் சுவைபட - நகைச்சுவை மெருகேற்றி எளிய மெட்டில் பாடிய நடிகர் என்.எஸ். கிருஷ்ணன் அவர்கள். இவர் சிரிப்பு என்றால் இவரது துணைவியார் டி.ஏ. மதுரம் அவர்கள் சிரிப்பின் ஒலி. அன்று அவர்கள் ஏற்படுத்திய சிரிப்பு அலைகள் என்றென்றும் ஓயாமல் ஒலித்துக் கொண்டே இருக்கும்.

- ரேவ்ஸ்

சமயம் நாம் செய்ய நினைக்கும் செயல்கள், நினைவுகள் எல்லாம் குரு வடிவில் நலன் பெற்று நன்மையடையச் செய்கிறது என்பதே உண்மை.

குறைந்தபட்சம் அவரவர் தூங்கி எழுந்து முதல் ஒரு மணி நேரமாவது இதைக் கடைப்பிடித்தால் நிச்சயம் மேன்மையடைவர்.

வயதான காலத்தில் மௌனம் இருப்பவர்கள் நீராகாரம் செய்யலாம். உடலை வருத்திக் கொண்டு கடவுளை நினை என்று எந்தக் காலத்திலும் எந்த வேதமும், சாஸ்திரமும் கூறவில்லை. 'மௌன' விரத காலத்தில் இனிப்பு அதிகம் சாப்பிடுவதைத் தவிர்க்கலாம்.

மௌனத்தைக் கலைக்குமுன் இறைவனது நாமத்தைப் பலமுறை கூறி வணங்குவது சிறந்த முறையாகும்.

நந்தகோபால்

எனக்கு ஒரு வேலை வேண்டும் அதுவும் இன்றே வேண்டும்!

ஆண்களுக்கு அழகு வேலை செய்வது என்பது பழமொழி. இன்று அது இருபாலருக்கும் பொருந்தும். ஆனால் அதற்கு எவ்வாறு ஒவ்வொருவரும் தன்னைத் தயார் செய்து கொள்வது? மேலே படியுங்கள்.

இரவும் பகலுமாய்ப் படித்து எப்படியோ ஒரு நல்ல கல்லூரியில் இடம் வாங்கி விடுகிறோம். அதன்பின் ஒய்வெடுத்து கல்லூரி நாட்களை சுவாரஸ்யமாய் ரசித்துக் கொண்டிருக்க, கல்லூரியின் இறுதி ஆண்டு நெருங்குகிறது. கூடவே வேலை தேடும் பொறுப்பும் கூடுகிறது. அதே நேரத்தில் வேலை வாய்ப்புகளும் 'கேம்பஸ் இன்டர்வ்யூ' என்னும் வடிவில் நம் கல்லூரி வளாகத்தைத் தட்டத் தொடங்குகிறது!

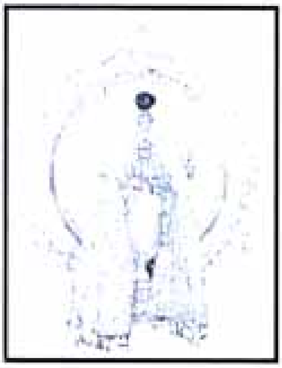


இப்படி நம்மைத் தேடி வரும் வேலைகளில் நமக்கானதை தேர்ந்தெடுத்து நம் கனவுகளை நனவாக்க இதோ சில வழிகள்...

வேலை என்றால் நம் நினைவுக்கு வருவது நேர்காணல்தான். ஆனால், . அது நம் 'வேலை வாங்கும்' வேலையின் கடைசி படிதான் என்பதை மனதில் கொள்ள வேண்டும். முதல் படியாக நாம் எதிர்கொள்வது மனஈடுபாட்டுத் தேர்வு என்கிற தகுதிச் சுற்றுதான். இது நம் மூளைத்திறனையும், பகுத்து ஆராயும் திறனையும், சில நேரங்களில் ஆங்கிலத்தில் நமது மேலாண்மையையும் சோதிக்கும். இவற்றில் நாம் பயிற்சி பெற புத்தகங்கள் பல உள்ளன. இந்தச் சுற்றை நாம் தாண்டி விட்டால் பாதி கண்டம் தீர்ந்ததென்றே சொல்லலாம்!

அடுத்து நாம் எதிர்கொள்வது 'குரூப்





ஓம்

ஸ்ரீகுருப்யோநம:

தேனி, வேதபுரி,

ஆதிகுரு ஸ்ரீப்ரஜ்ஞா தக்ஷிணாமூர்த்தி வித்யாபீடம்

குருப்பெயர்ச்சி சிறப்பு வழிபாடு

இறையன்பர்களே!

நிகழும் பார்த்திப வருடம், புரட்டாசி மாதம், மூன்றாம் நாள் திங்கட்கிழமை (19-09-2005) **காலை 9.03 மணிக்கு ஸ்ரீகுருபகவான் கன்னி ராசியிலிருந்து துலா ராசிக்கு எழுந்தருளுகிறார். இந்நிகழ்வை முன்னிட்டு ஆதிகுருவாகிய ஸ்ரீப்ரஜ்ஞா தக்ஷிணாமூர்த்தியை வியாழன், ப்ருஹஸ்பதி எனப் போற்றப்படும் தேவகுருவாகிய ஸ்ரீகுருபகவான் எப்பொழுதும் வணங்கிக் கொண்டிருக்கும் திருக்காட்சி அமைந்துள்ள நமது வித்யாபீடத்தில்,** செப்டம்பர் 18, 19 ஆகிய இரண்டு நாட்களும் சிறப்பு வழிபாடுகள் **ஸ்ரீஸ்வாமீ ஓங்காராநந்தர்** தலைமையில் நிகழ உள்ளன. அனைவரும் இவ்வழிபாடுகளில் கலந்து கொண்டு ஆதிகுரு, தேவகுரு, ஸத்குருவின் அருளைப் பெற்று, வையத்துள் வாழ்வாங்கு வாழ வேண்டிப் பேரன்புடன் அழைக்கிறோம்.

நிகழ்முறை

புரட்டாசி 2 (18-09-2005) ஞாயிற்றுக்கிழமை

காலை	6.30 மணி	ஸ்ரீமஹாகணபதி & ஸ்ரீநவக்ரஹ ஹோமம்
	9.30 - 1.00	ஸ்ரீகுருபகவான் காயத்ரீ ஜபம்
மாலை	4.00 - 9.30	ஸ்ரீகுருபகவானுக்கு காயத்ரீ மந்த்ர ஹோமம்

புரட்டாசி 3 (19-09-2005) திங்கட்கிழமை

காலை	5.00 மணி -	கோபூஜை, விச்வரூப தர்சநம்
	6.00 -	ஆதிகுரு ஸ்ரீப்ரஜ்ஞா தக்ஷிணாமூர்த்திக்கு மஹாபிஷேகம்
	7.30 -	ஸ்ரீகுருபகவானுக்கு மஹாபிஷேகம்
	9.03 -	ஆதிகுரு ஸ்ரீப்ரஜ்ஞா தக்ஷிணாமூர்த்திக்கும் தேவகுரு பகவான் ப்ருஹஸ்பதிக்கும் மஹாதீபாராதனை
	10.00 -6.00 -	ஸ்ரீகுருபகவானுக்கு லக்ஷார்ச்சனை

நன்கொடை விபரம்

மஹாபிஷேகத்திற்கு	ரூ.500/-	ஸ்ரீகுருபகவான் காயத்ரீ மந்த்ர ஹோமத்திற்கு	ரூ. 300/-
லக்ஷார்ச்சனைக்கு	ரூ. 150/-	ஸ்ரீகுருபகவான் காயத்ரீ மந்த்ர ஜபத்திற்கு	ரூ. 250/-

ஜபம், ஹோமம், அபிஷேகம், அர்ச்சனை ஆகிய நான்கிற்கும் சேர்த்து ரூ. 1200/- நன்கொடையாக வழங்கலாம். நன்கொடையை Sri Dakshinamurti Seva Samiti, Theni என்றபெயருக்கு M.O./DD யாக அனுப்பவும். நன்கொடை வழங்குபவர்களுக்கு சிறப்புப்ரஸாதம் வழங்கப்படும்.

இங்ஙனம்

அறங்காவலர்கள், ஸ்ரீ தக்ஷிணாமூர்த்தி ஸேவா ஸமிதி (பதிவு : 500/2002)

ஸ்ரீஸ்வாமீ சித்பவாநந்த ஆச்ரமம், வேதபுரி, தேனி-625 531.

☎ 04546-253908 e-mail: swamiomkarananda@yahoo.com

ஒரு பார்வை கோடி நன்மை தரும்

நன்கொடை வழங்குபவர்கள் பெயர், முகவரி, நக்ஷத்ரம், ராசி ஆகியவற்றைத் தெளிவாக எழுதி அனுப்பவேண்டுகிறோம்.

டிஸ்கஷன்' எனப்படும் கலந்துரையாடல் தான். இந்தச் சுற்று சில நிறுவனங்களின் தேர்வில் மட்டுமே இருக்கும் என்பது குறிப்பிடத்தக்கது. நமது உரையாடும் திறனை சோதிக்கும் இந்தச் சுற்றுக்கு தகுதி பெற்ற நபர்களை ஒரு தலைப்பில் சில நிமிடங்களுக்கு உரையாடச் சொல்வார்கள். கொடுக்கப்பட்டுள்ள சில நிமிடங்களில் அனைவரும் தன் கருத்தைச் சொல்ல முயற்சிக்க, நாம் எப்படி முந்திக் கொள்கிறோம் என்பதில்தான் நம் வெற்றி உள்ளது. ஆனால், மற்றவர்களுக்கு வாய்ப்பளிக்காமல் நாம் மட்டுமே பேசுவதும் முறையல்ல. சற்றே பணிவுடன் தமது தலைமைதாங்கும் திறனை வெளிப்படுத்தி பேசாதவர்களையும் பேச வைத்து, தன் கருத்தையும் நிலைநாட்டுபவர்தான் இந்தச் சுற்றில் ஒளிர்வார்!

இப்போது இறுதி கட்டத்திற்கு வந்து விட்டோம். நேர்காணல். இதற்கு முன் நாம் தயார்ப்படுத்த வேண்டிய ஒன்று உள்ளது. அதுதான் 'ரெஸியூம்' எனப்படும் நம்மைப் பற்றிய முக்கிய தகவல்கள் கொடுக்கும் தாள். இது நம்மை நேர் காண்பவரை ஈர்க்கும் வகையில் இருக்க வேண்டும். வேலைக்கு ஏதுவான நமது சிறப்புத் தகுதிகள், சாதனைகள் மற்றும், படிப்பைத் தவிர நாம் சிறந்து விளங்கும் துறைகள் பற்றியும் இதில் குறிப்பிடலாம். இந்தத் தாளில் நாம் குறிப்பிடுவதை மையமாகக் கொண்டு பல கேள்விகள் நேர்காணலில் கேட்கப்படலாம்! நம் முகவரி, தொலைபேசி எண் மற்றும் ஈமெயில் முகவரியை மறக்காமல் குறிப்பிடுவது அவசியம்.

நேர்காணலுக்குச் செல்லும் போது 'ரெஸியூம்' மற்றும் முக்கிய ஆவணங்களை சரியாக எடுத்துச் சொல்லவும். பெரும்பாலும் நம்மை நேர்காண்பவர்கள் மிகவும் கனிவுடன் நடந்து கொள்வர் (விதிவிலக்குகள் உண்டு!) இவர்களிடம் நம் அணுகுமுறை முக்கியம். நல்ல மனஈடுபாடும் சரியான நோக்கமும் இருந்தால் வேலை நிச்சயம் என்று கூறுவர். இவர்கள் நம்மிடம் எதிர்பார்ப்பது 'டீம் ஸ்பிரிட்' அதாவது ஒரு குழுவில் மற்றவர்களுடன் இணைந்து செயல்படும் மனப்பான்மை. வளைந்து கொடுக்கும் மனப்பான்மை

பாலகணேஷ்க்கு என்ன பிடிக்கும்?



அவசியம்.

நேர்காணலில் அதிகமாக எதிர்பார்க்கக்கூடிய கேள்விகள் சில...

● உங்களை அறிமுகப்படுத்திக் கொள்ளுங்கள்

(நமது பெயர், தகுதி, நிறைகுறைகள், பொழுதுபோக்கு ஆகியவற்றைக் குறிப்பிடலாம்)

● உங்களிடம் உள்ள நிறைகுறைகள் என்ன?

(குறைகளைப் பற்றி பேசும் போது அவற்றை எப்படி நிவர்த்தி செய்கிறீர்கள் என்றும் கூறலாம்)

● உங்களை ஏன் தேர்ந்தெடுக்க வேண்டும்?

(உங்கள் சிறப்புத் தன்மைகளை சொல்லலாம்)

● உங்கள் வாழ்வின் குறிக்கோள் என்ன?

● நீங்கள் எங்களிடம் ஏதாவது கேட்க விரும்புகிறீர்களா?

(நேர்காணல் எவ்வாறு செய்தேன் என்றோ, வேலை கிடைக்குமா என்றோ கேட்பதைத் தவிர்க்கவும். நிறுவனத்தைப் பற்றியோ அதில் உங்கள் வேலையின் தன்மையைப் பற்றியோ கேட்கலாமே!)

நிறுவனம் தன்னைப் பற்றிச் சொல்லிக் கொள்ளும் 'ப்ரீ-பிளேஸ்மெண்ட் டாக்'கை கூர்ந்து கவனிக்கவும். முடிந்தால் அந்த நிறுவனம் பற்றிய தகவலை முன்பே இணையதளம் மூலம் சேகரிக்கலாம். இவை நேர்காணலில் உதவும்.

'ஆள் பாதி ஆடை பாதி' என்று சொல்வார்கள். அது நேர்காணலுக்கும் பொருத்தமானது. நேர்காணலின் போது பயம் வேண்டாம். ஆர்வம் காட்டுதல் அவசியம். 'பாடி லாங்வேஜ்' மிக முக்கியமானது. சோர்வுடன் காட்சியளிப்பது, பேனா போன்ற பொருட்களை வைத்து சீண்டுவது ஆகியவை உங்களுக்கு எதிர்மறையாக செயல்படலாம்!

நேர்காணலின் போது கேள்விகளை யார் கேட்டாலும் விடை சொல்லும் போது அனைவரையும் பார்த்துப் பேச வேண்டும். பிரச்சனைகளை துரிதமாக கையாளும் திறனும் பேச்சால் மற்றவர்களை ஈர்க்கும் திறமையும் கட்டாயமாக கைகொடுக்கும்.

முடிவில், பொறுமையும், திறமையும் ஒருசேர முயன்றால் வெற்றி உங்கள் கையில்!

- எஸ்.ஆர். வந்தனா

நினைக்க நினைக்க என் மீதே எனக்கு வெறுப்பாக வருகிறது. இவரையா இப்படியெல்லாம் நினைத்தோம் என்று எண்ணும் போது வெறுப்பு இன்னும் அதிகமாகிறது. இப்படிப்பட்டவர் எனக்குக் கணவனாக அமைய போன ஜென்மத்தில் நான் ஏதோ புண்ணியம் செய்திருக்க வேண்டும் என்று தோன்றியது.

இன்றோடு திருமணமாகி ஆறு மாதங்கள் ஆகின்றன. நாங்கள் இருவரும் மும்பையில் வசிக்கிறோம். இரண்டு மாத கர்ப்பமாக நான் இருந்த நிலையில் திடீரென்று ஒருநாள் கரு கலைந்து விட்டது. ஆனால் நினைத்த மாத்திரத்தில் வந்து போக முடியாத தொலைவில் தமிழ்நாட்டில் எங்கள் இருவரின் பெற்றோர்கள்.

இந்த மாதிரி நேரத்தில் உதவுவதற்கு என்று எந்த உறவும் அருகில் இல்லாமல் எனக்கு எல்லா உறவுமாய் இருந்து சகல சவர்த்தனைகளையும் அவர்தான் செய்கிறார். கொஞ்சமும் முகம் சுளிக்காமல் என் துணிகளைத் துவைப்பதில் இருந்து எனக்கு வேளாவேளைக்குச் சாப்பாடு கொடுத்து, மருந்து மாத்திரைகள் கொடுத்து, ''எல்லாம் சீக்கிரமாகச் சரியாயிடும்டா. நீ ஒன்றும் கவலைப்படாமல் இரு" என்று ஆறுதல் சொல்லி... என் கண்களில் கண்ணீர் முட்டிக் கொண்டு வந்தது.

நினைத்துப் பார்க்கிறேன், இவர்

பேரழகன்

மீனா மணிவேல்



தோழா தோழா செப்டம்பர் 2005



என்னைப் பெண் பார்க்க வந்த போது அழகுடன் இருந்த என்னைப் பிடித்து விட்டது என்று அன்றே அவர் சம்மதம் சொல்ல, பார்த்தவுடன் கவரக் கூடிய அழகில்லாத அவரை எனக்குப் பிடிக்கவில்லை என்று நான் நினைக்க, நல்ல உயரம் நிறம் எல்லாம் இருந்தும் வசீகரமான முகம் இல்லை, இவரைப் போயா நாம் திருமணம் செய்து கொள்வது என்று கவலை கொண்டேன்.

ஆனால், என் பெற்றோர்களோ "மும்பையில் ஒரு மல்டி நேஷனல் கம்பெனியில் ரீஜனல் மானேஜராக இருக்கிறார், அதுவும் இல்லாமல் விசாரித்ததில் நல்ல குணமுடையவர், நல்ல படிப்பும் நல்ல வேலையும் இருக்கிறது. குடும்பத்தில் உள்ள அனைவரும் மிகவும் நல்லவர்களாக இருக்கிறார்கள்" என்றெல்லாம் சொல்லி என்னை அவருக்குத் திருமணம் செய்து வைக்க அப்பா அம்மா முடிவு செய்து விட்டார்கள். சம்மதமும் மாப்பிள்ளை வீட்டிற்குத் தெரிவிக்கப் பட்டது. என் அப்பா மிகவும் கண்டிப்பானவர். அவரிடம் போய் "மாப்பிள்ளைக்கு நல்ல படிப்பு இருந்தாலும், வேலை இருந்தாலும், நல்ல குணவானாக இருந்தாலும் அழகில்லை என்ற ஒரே காரணத்திற்காக இந்த வரன் வேண்டாம் கல்யாணத்தை நிறுத்தி விடுங்கள்" என்று சொல்லும் தைரியம் எனக்கு இல்லை.

என் நிச்சயதார்த்த ஃபோட்டோ ஆல்பத்தைக் கூட என் அலுவலகத் தோழிகள் வற்புறுத்திக் கேட்டபோதும், 'என் வருங்காலக் கணவர் என்ன அழகாகவா இருக்கார், நான்கு பேருக்கு காட்டி பெருமைப்பட்டுக் கொள்ள' என்று வெட்கப்பட்டே யாரிடமும் காட்டவில்லை. திருமணத்திற்கு வந்த தோழிகள் கூட 'இவள் அழகுக்கு இவரை எப்படித் திருமணம் செய்து கொள்ளச் சம்மதித்தாள்? எல்லாம் கைநிறைய அவர் வாங்கும் சம்பளத்திற்காக இருக்கும்' என்று என் பின்னால் பேசினார்கள்.

ஆனால், திருமணத்திற்குப் பிறகு அவரின் இனிமையான பேச்சும், கண்ணியமான நடத்தையும், நேர்த்தியான, அறிவுபூர்வமான செயல்திறனும், பிரமித்துப் போனேன். இப்போது புரிந்தது ஏன் என் பெற்றோர்கள் இவரைத் தேர்ந்தெடுத்தார்கள் என்று. அவர் என் மீது காட்டும் அன்பிலும், அக்கறையிலும், அரவணைப்பிலும் நான்

வரதட்சணை வாங்காதவர் என்னவர்!

அப்போது எங்கள் குடும்பம் வறுமைக்கோட்டிற்குக் கீழ் இருந்த ஒரு குடும்பம். எனக்கு மாப்பிள்ளை தேடிக் கொண்டிருந்த போது, என்னைப் பெண் பார்க்க வந்தவர் வரதட்சணை, நகை, பணம் எதுவுமே வேண்டாம் எனவும், பெண்ணை மிகவும் பிடித்து விட்டதால் கட்டிய புடைவையுடன் அனுப்பி வைத்தால் திருமணச் செலவையும் தானே ஏற்றுக் கொள்வதாகவும் கூறிச் சென்றார்!

என்னைப் பெண் பார்த்துச் சென்றபின் அவர்களது உறவினர்கள் அவரிடம், "எதற்காக நகை, பணம் வேண்டாம் என்றாய்? வேறு இடத்தில் வசதி படைத்த பெண் இருக்கு, நகை நிறையப் போட்டு, ரொக்கப் பணமும் கொடுத்துத் திருமணமும் செய்து வைப்பதாகக் கூறுவதால் நல்ல முடிவிற்கு வா" என்றனர்.

அதற்கு இவரோ, "பெண் வீட்டார் நல்ல குடும்பமாக இருக்கிறார்கள். மேலும் எனக்குப் பெண்ணை மனதிற்கு மிகவும் பிடித்திருப்பதால் நான் உழைத்துச் சம்பாதித்து நகை போட்டுக் கொள்வேன்" என ஒரே மனதாகக் கூறி விட்டார்!

எங்கள் திருமணம் (1964-ல்) இனிது நடந்தேறியது. அவர் அன்று சொன்னது போல் இன்றும் அவரது கொள்கையில் உறுதியாக இருந்து செயல்பட்டு வருகிறார்.



இன்று எங்களுக்கு 2 மகன்களும், 1 மகளும், பேரக் குழந்தைகளுமாக இருக்கின்றோம். சொந்த உழைப்பின் மூலம் ஒரு வீடு. மகிழ்ச்சியாக உள்ளோம்!

எங்கள் பிள்ளைகளுக்கு பெண் வீட்டாரிடம் வரதட்சணை என்ற பெயரில் எதுவும் வாங்கவில்லை! இதுபோல் என் பெண்ணுக்கும் சம்பந்தி வீட்டார் எங்களிடம் வரதட்சணை என எதுவும் கேட்காதது அவர்களது பெருந்தன்மைவாய்ந்த குணத்தை உணர்த்தியது!

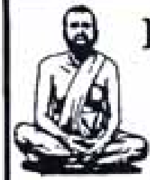
– கோமதி பாலையா

கரைந்தே போனேன். இருமனதாக அவரைத் திருமணம் செய்து கொண்ட நான் ஒருமனதாக அவருள்ளே கரைந்து காணாமல் போனேன்.

என் சின்னச் சின்ன ஆசைகளையும், தேவைகளையும் பார்த்துப் பார்த்துப் பூர்த்தி செய்தார். அவருடைய அன்பான அகம் அழகாகவும், நான் என்னுள்ளே அவலட்சணமாகவும் இருந்தது தெரிந்தது. அவரிடம் இருந்து பெற்ற அதே அன்பை என்னளவும் குறையாமல் அவரிடம் காட்டி என் அகத்தை இப்போது அழகாக்கிக் கொள்கிறேன்.

இதோ இன்று உடல்நலம் குறைந்த போது கூட கொஞ்சமும் எரிச்சலோ, சலிப்போ படாமல் எப்படியெல்லாம் என்னைக் கவனித்துக் கொள்கிறார். சும்மாவா பெரியவர்கள் சொன்னார்கள். 'வெளித் தோற்றத்தைக் கண்டு ஆளை எடை போடாதே!' என்று. எவ்வளவு உண்மையான வார்த்தைகள்.

"இப்போ வயிற்று வலி எப்படி கண்ணம்மா இருக்கிறது தேவலையா?" என்ற கனிவான குரல் கேட்டு நிமிர்ந்தேன், புன்னகையோடு நின்ற என் கணவர் என் கண்களுக்கு பேரழகனாகத் தெரிந்தார். ✦



ஸ்ரீ சாரதா சக்தி பீடம்



72, காமராஜ் சாலை, பழைய பெருங்களத்தூர்,
(வழி) தாம்பரம், சென்னை - 63. போன் : 22760612.
City Office No.7,முதல் மாடி, வேலு தெரு, மேற்கு மாம்பலம்,
(அயோத்யா மண்டபம் அருகில்) சென்னை - 33.போன் 23714942.
எமது புதிய கிளை நிறுவனம் : எண். 7, 30வது தெரு, தில்லைகங்கா நகர்,
நங்கநல்லூர், சென்னை - 600 061. போன் : 22333214

ஏழை மாணவர்களுக்கு உதவுங்கள்

பேரன்புடையீர், வணக்கம்!

நம் சக்தி பீடத்தின் சார்பில் கடந்த 17 ஆண்டுகளாக நடைபெற்று வரும் "ஸ்ரீ ராமகிருஷ்ண சேவா குருகுலத்தில்" தாய், தந்தையற்ற, திக்கற்ற மற்றும் வறுமை கோட்டின் கீழ் வாழும் 200 மாணவ மாணவிகளும் தங்கி படித்து வருகின்றனர்.

நாள்தோறும் இறைவழிபாடு, கூட்டு பிரார்த்தனை, பகவத்கீதை பாராயணம் ஆகியவைகளுடன், நல்ல கல்வி, காலை மாலை உடற்பயிற்சி ஆகியவைகள் அளிப்பதுடன், உணவு, உடை, தங்குமிடம் ஆகியவைகளும் இலவசமாக வழங்கப்பட்டு நல்ல முறையில் வளர்ந்து வருகிறார்கள்.

மேலும் பகவான் ஸ்ரீ ராமகிருஷ்ணர், சுவாமி விவேகானந்தர் ஆகியோர்களின் உயர்ந்த லட்சியங்கள் போதிக்கப்படுவதுடன், சமுதாய சேவை பயிற்சியும் அளிக்கப்படுகிறது.

இக்குருகுலத்தின் பராமரிப்பு செலவு முழுவதும் நன்கொடையாளர்கள் அளிக்கும் உதவிகள் மூலம் மட்டுமே நடைபெற்று வருகிறது. ஆகவே தாங்கள் இப்புனிதப் பணிக்கு தங்களால் இயன்ற உதவியைச் செய்யும்படி பணிவன்புடன் கேட்டுக் கொள்கிறோம்.

• காலை சிற்றுண்டி (200 பேருக்கு)	ரூ.	1,000/-
• மதிய உணவு	ரூ.	2,000/-
• இரவு சிற்றுண்டி	ரூ.	1,000/-
• இனிப்பு மற்றும் பால் வழங்குதல்	ரூ.	1,000/-
• ஒரு மாணவனுக்கு ஒராண்டிற்கு கல்வி உதவித்தொகை	ரூ.	1,000/-
• ஒரு மாணவனுக்கு பராமரிப்பு செலவு ஓராண்டிற்கு (உணவு, உடை, கல்வி)	ரூ.	12,000/-
• குருகுலத்தின் ஒரு மாதத்திற்கான பராமரிப்பு செலவு	ரூ.	2,00,000/-

நன்கொடைகளுக்கு 80G பிரிவின்படி வருமானவரி விலக்கு உண்டு.

மேலும் தங்களின் பிறந்த நாள், திருமண நாள், குழந்தைகளின் பிறந்த நாள், தொழில்/வியாபாரம் தொடங்கிய நாள், மற்றும் இதர பண்டிகை நாட்களான தீபாவளி, பொங்கல், கிறிஸ்துமஸ், ரம்ஜான் போன்றவைகளில் மாணவர்களுக்கு சிறப்பு விருந்து ஒன்றை அளித்து அவர்களுடன் மகிழ்ச்சியைப் பகிர்ந்து கொள்ளலாம்.

தாங்கள் அளிக்கும் தொகை எவ்வளவு சிறியதாக இருந்தாலும் அன்புடன் ஏற்றுக்கொள்கிறோம். தங்கள் நன்கொடைகளை **ஸ்ரீ சாரதா சக்தி பீடம்** என்ற பெயருக்கு **Cheque / DD / MO** மூலம் அனுப்பி வைக்கும்படி பணிவன்புடன் கேட்டுக் கொள்கிறோம்.

இறைவன் தொண்டில்
சுவாமி ஸ்ரீ ஸர்வாத்மானந்தர்
நல்லாசியுடன்

சுவாமி ஸ்ரீ அம்பிகானந்தா

A.ராஜபக்கிரிசாமி MSc., MEd.,

வளர்ப்பு முறையில் மாற்றமா?

– ஜி.எஸ்.எஸ்.

இன்றைக்கு வாழ்க்கை முறை மாறி வருகிறது. நல்லதுதான். ஆனால், எத்தனை குடும்பங்களில் குழந்தை வளர்ப்பில் இது வெளிப்படுகிறது? அதாவது மகன், மகள் வளர்க்கும் முறையில் மாறுதல் இருக்கிறதா? முன் காலங்களைப் போல் பெண்ணைப் பொத்தி வள. ஆணை அடித்து வள என்கிற கான்செப்ட்தான் இன்றைய ஹை-டெக் குடும்பங்களிலும் பின்பற்றப்படுகிறதா? அறிந்து கொள்ள ஒரு விவாதத்திற்கு ஏற்பாடு செய்தோம். திரு. பா. அருணாச்சலம், திரு ஜெ. வெங்கட்ராமன், திரு திவாகர், திருமதி கு. ராஜலக்ஷ்மி, திருமதி உஷா ராஜ்குமார், திருமதி மைதிலி அனந்தராமன் ஆகிய அறுவரும் இதில் உற்சாகமாகக் கலந்து கொண்டார்கள்.



• உஷா

• திவாகர்

• அருணாசலம்

அருணாச்சலம் : அப்படி ஒன்றும் அணுகுமுறை மாறிவிட வில்லை. இன்றளவும் வீட்டில் பையன்களுக்குக் கொடுக்கும் சுதந்திரத்தை பெண்களுக்குக் கொடுப்பதில்லை.

வெங்கட்ராமன் : இல்லையே. இப்போதெல்லாம் பெண்களை தைரியமாக வெளியில் அனுப்பறாங்க. சுயமாக முடிவெடுக்க விடறாங்க.

திவாகர் : அப்படிப் பொதுவாகச் சொல்லி விட முடியாது. தன் மகன் பிற ஆண் நண்பர்களுடன் பேசுவதற்கு இப்போது தடைசொல்வதில்லை என்று வேண்டுமானால் சொல்லலாம்.

உஷா : நான் கல்லூரியில் சேரும் போது அதற்கான விண்ணப்பப் படிவத்தை நிரப்புவதற்குக் கூட பக்கத்திலேயே அப்பாவும், அம்மாவும் இருக்க வேண்டி வந்தது. இப்போதைய இளம்பெண்கள் நண்பர்கள், இன்டர்நெட் என்று பலவிதங்களில் தங்கள் அறிவை வளர்த்துக் கொள்கிறார்கள். இப்படி அறிவும், பிரித்தறியும் பக்குவமும் வளர்வதாலேயே பல குடும்பங்களில் ஆணையும், பெண்ணையும் ஒரே மாதிரி வளர்க்கும் நிலை அதிகமாக வருகிறது.

மைதிலி : இந்த மாறுதலுக்கும் பொருளாதாரம் தான் அடிப்படைக் காரணம். வேலைக்குப் போகும்

அம்மா தன் மகனையும், மகளையும் சமமாக நடத்த வாய்ப்பு அதிகம்.

உஷா : எனக்குத் தெரிந்த ஒரு குடும்பத்தில் ஐந்து மகள்கள், இரண்டு மகன்கள். சமவாய்ப்பு கொடுத்தும் கூட அந்தப் பெண்கள் பள்ளிப் படிப்பு போதும் என்று நின்று விட்டார்கள். சமமான அணுகுமுறையை சம்பந்தப்பட்ட பெண்களும் உணர்ந்து பயன்படுத்தி தங்களை முன்னேற்றிக் கொள்ள வேண்டும்.

வெங்கட்ராமன் : ஆமாம், சில வீடுகளில் சமமாக நடத்தப்பட்டால் கூட, பெண்களாகவே அந்த சுதந்திரத்தை முழுவதும் ஏற்க முன்வருவதில்லை.

உஷா : அமெரிக்காவில் உள்ள என் தோழி ஒருத்திக்கு ஈமெயில் அனுப்பக்கூட தெரியாது. இதனால் அவள் பெரிதும் வருத்தப்படுகிறாள். பெண்கள் என்றால் சமையல் என்ற எண்ணம் இன்னமும் இருக்கத்தானே செய்கிறது?

வெங்கட்ராமன் : நான் சமையல் அறையில் உதவினால் அம்மா தடுக்க மாட்டார்.

ராஜலக்ஷ்மி : கலாசாரம் என்ற பெயரில் பெண்ணுக்கு வீடு, பிள்ளைக்குதான் வெளியுலகம் என்கிற போக்கு நிறையக் குடும்பங்களில் இருக்கிறது. நேரடியாக இல்லாமல் மறைமுகமாக இருக்கிறது என்று வேண்டுமானால் சொல்லலாம்.

திவாகர் : கிராமங்களில் வேண்டுமானால் நீங்கள் சொல்வது போல் இருக்கலாம்.

அருணாச்சலம் : சமமாக வளர்த்தால்தான் வருங்காலத்தில் ஆண்கள் பெண்களை அடிமை போல் நடத்த மாட்டார்கள் என்பது சரி. ஆனால் நிலைமை தலைகீழாகப் போய் கணவனை அதிகாரம் செய்து அடிமைகளாக எண்ணும் மனைவிகளின் எண்ணிக்கையும் அதிகமாகித்தானே வருகிறது? இதற்கு முக்கியக் காரணம் அந்தப் பெண்ணை வளர்க்கும் போது பெற்றோர் கொடுத்த அளவுக்கு மீறிய சுதந்திரம்தான்.



ராஜலக்ஷ்மி : எனக்கு இரண்டு குழந்தைகள். படிப்பைப் பொறுத்த வரை இருவரும் ஒன்றுதான். ஆனால் பழக்க வழக்கங்களைப் பொறுத்த வரை மகனுக்குக் கொஞ்சம் அதிக சுதந்திரம், மகளுக்கு கொஞ்சம் அதிக கட்டுப்பாடு. அப்போதுதான் வருங்காலத்தில் ஒரு வழக்கமான இந்தியக் கணவன் அவளுக்குக் கிடைத்தாலும் சிக்கல் இல்லாத குடும்பம் அமையும். யார் சரி, யார் தப்பு என்கிற போராட்டமாக வாழ்க்கை இருக்கக் கூடாது இல்லையா?

வெங்கட்ராமன் : கட்டுப்பாடு எங்களுக்கும் இருக்கிறது. கல்ச்சுரல்ஸ் போனால் அதற்கு ஒரு சந்தேகம். எங்களின் எல்லா செயல்களுக்கும் பெற்றோரின் ஃபாலோ-அப் இருப்பது சில சமயத்திலாவது கோபமாக இருக்கிறது.

ராஜலக்ஷ்மி : நட்புடன் கேட்கிறார்கள் என்று வைத்துக் கொள்ளலாமே.

உஷா : நண்பர்களுடன் சினிமாவுக்குப் போனால் சரி. அதற்காக வெளியே



"ஆடிக்கே வரேன்னே... ஏன் ஆவணில வந்திருக்கே?"

"ஆடிக்கிட்டே வந்ததுல ஆவணி வந்துடுச்சு."

தங்குவதை அனுமதிக்க முடியுமா?

வெங்கட்ராமன் : பகுதி நேர வேலை, கால் சென்டரில் வேலை என்றால் வேளை காலம் பார்க்காமல் மகளை அனுப்புகிறார்களே. அப்போது மட்டும் நம்பிக்கை இருக்கிறதே.

திவாகர் : பெண்களுக்கு அதிக சுதந்திரம் தேவை. அப்படிக் கொடுத்து விட்டால் உடனே அமெரிக்கக் கலாசாரம் இங்கே வந்துவிடும் என்று நினைக்கக் கூடாது.

மைதிலி : மகள் என்று இல்லை, மகனை வளர்ப்பதில் கூட கட்டுப்பாடு கள் தேவை. மகனுக்கு சமூகத்தில் அவப் பெயர் வந்தால் கூடக் குடும்பத்துக்கு தலைகுனிவுதானே.

அருணாச்சலம் : என் மகன் சம வயதுப் பெண்களிடம் சிரித்துப் பேசினால் தவறாக நினைப்பதில்லை. என்றாலும் பதற்றம் ஒரு பத்து சதவிகிதம் ஏற்படுவது உண்மைதான்.

உஷா : மகனை ஒரு அம்மாவால் நன்கு புரிந்து கொள்ள முடியும். "நீ அவளை விரும்புகிறாயா?" என்பது போல் நேரடியாகவே கேட்டு விடலாம்.

மைதிலி : இதெல்லாம் ஒரு பெரிய விஷயம் இல்லை என்ற பாஸிடிவான அணுகுமுறை வேண்டும்.

அருணாச்சலம் : என்னதான் சமத்துவம்னு சொன்னாலும் மகனை நைட் ஷோவுக்கு அனுமதிப்பது போல் மகளை அனுப்ப முடியுமா?

திவாகர் : தப்பு செய்யணும்னு நெனைச்சா எப்படி வேண்டுமானாலும் செய்யலாம்.

மைதிலி : இதிலே பெற்றோர் நினைப்பது மட்டுமில்லே. சமூகத்திலே மத்தவங்க நினைப்பதும் இருக்கே.

வெங்கட்ராமன் : இதற்கெல்லாம் கவலைப்படக் கூடாது. கராத்தே மாதிரி விஷயங்களை பெண்களுக்கும் சின்ன வயதிலேயே கற்றுக் கொடுத்து விட்டால் இந்த பயமெல்லாம் போய்விடும்.

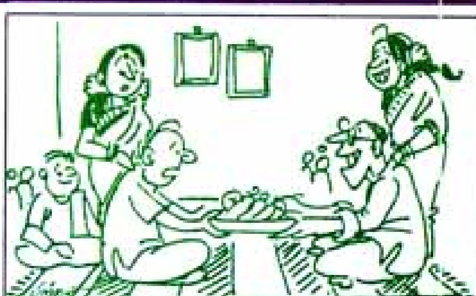
சுற்றிச் சுற்றி விவாதம் வர, நம்மால் இந்த முடிவுக்குத்தான் வர முடிந்தது. மகனையும், மகளையும் ஒரே மாதிரிதான் நடத்த வேண்டும் என்பதை நிறைய்ப் பேர் வெளிப்படையாக ஒப்புக் கொள்கிறார்கள். ஆனால், 'ஆனாலும்' என்று கூடவே ஒரு வாலையும் ஒட்ட வைக்கத் தவறுவதில்லை. இந்த வால் தவறான காரணங்களுக்கு அடிகோலினால், பாதிக்கப்பட்ட குடல் வாலை அப்பெண்டிஸைடிஸ் அறுவை சிகிச்சை செய்து நீக்குவதைப் போல அகற்றிவிட வேண்டியது தான்.

புகைப்படங்கள் : **ஸ்ரீஹரி**

"சம்பந்தம் பேச ஏன் ஆடி மாசம் வரச் சொன்னீங்க?"

"வரதட்சணையில ஏதாவது ஆடித் தள்ளுபடி கொடுப்பீங்கன்னு தான்."

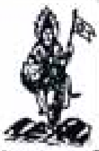
- பிரபா ஸ்ரீ





ஓம் ஸ்ரீ குருப்யோ நம: ஹரி : ஓம் ஸ்ரீ மஹாகணபதயே நம: ஓம் ஸ்ரீ மாத்ரே நம:

ஸ்ரீ மாத்ரு பூமி டூர்ஸ் & டிராவல்ஸ்



Flat No.4, Ground Floor, Metro Apartment, VELACHERY MAIN ROAD, SEMBAKKAM, (TAMBARAM EAST) CHENNAI - 600 073 ✆: 22274315, Cell : 94440 21221 E-mail : srimaatour@sify.com

அனைவருக்கும் நவராத்திரி மற்றும் தீபாவளி நல்வாழ்த்துக்கள்

கீழ்கண்ட எமது ஒருநாள் மற்றும் மூன்று நாள் யாத்திரைகள் சூப்பர் டீலக்ஸ் வாகனத்தில் வீட்டருகில் இருந்து காலை 6.00 மணியளவில் அழைத்து சென்று இரவு 9.00 மணியளவில் திரும்ப விடுகிறோம்.

விரைவில் முன் பதிவு செய்யவும்

30.9.05 வெள்ளிமுதல் குருபெயர்ச்சி பரிகார பூஜை நவக்ரஹ கோவில்கள் 3 நாள் யாத்திரை **ரூ.1,380/-** மட்டும். (உணவு மற்றும் அட்டாச் டாய்லட், பாத்ரும் உள்ள படுக்கை அறை வசதியுடன்)

1.10.05 புரட்டாசி சனிக்கிழமை 1 நாள் யாத்திரை தன்வந்திரி, இராமானுஜர், வீரராகவர், வீற்றிருந்தபெருமாள், திருமால்பூர் **ரூ.385/-** மட்டும். உணவு செலவு தனி.

7.10.05 நவராத்திரி வெள்ளிக்கிழமை **8.10.05** புரட்டாசி சனிக்கிழமை **9.10.05** ஞாயிற்றுக்கிழமை வரை 3 நாட்கள் (உணவு மற்றும் அட்டாச் டாய்லட், பாத்ரும் உள்ள படுக்கை அறை வசதியுடன்) சிங்கபெருமாள், ஏரிகாத்த இராமர், பஞ்சவடி, சிங்கிரி, பூவரசங்குப்பம், பாடலீஸ்வரர், திருவஹீந்திரபுரம் ஹயக்ரீவர், இரகோத்தமர், சமாதி, ஞானானந்த தபோவனம், திருகோயிலூர் சிவ விஷ்ணு கோவில்கள், ஸ்ரீ முஷ்ணம், ஸ்ரீ வராஹர், பரிக்கல் கோவில்கள் **ரூ.1380/-** மட்டும்.

12.10.05 புதன்கிழமை நவராத்திரி ஸ்ரீ வித்யாம்பிகா, ஸ்ரீ ஜெயதுர்கா, பிரத்யங்கிராவாராஹி, மஹிஷாஸுரமர்த்தினி, நெமிலி ஸ்ரீ பாலா **ரூ.385/-** மட்டும். உணவு செலவு தனி.

15.10.05 சனி பிரதோஷம் பஞ்சேஷ்டி, சிறுவாபுரி, கருட்டபள்ளி, திருபாசூர், பிரதோஷ தரிசனம், வீற்றிருந்த பெருமாள் **ரூ.385/-** மட்டும். உணவு செலவு தனி.

கீழ்கண்ட எமது யாத்திரைகள் 2ம் வகுப்பு இரயில் பயண கட்டணம் சூப்பர் டீலக்ஸ் வாகனம், டாய்லெட் அட்டாச் பெட்ரூம் தங்கும் அறைகள் மற்றும் சைவ உணவு உட்பட. யாத்திரைகளில் கலந்து கொள்பவர்கள் 50% தொகை D.D. (அ) Cheque அனுப்பி விரைவில் முன் பதிவு செய்யவும். எமது வாகனங்களில் இரவு பயணம் கிடையாது. 60 வயதுக்கு மேற்பட்ட ஆண், பெண்களுக்கு இரயில் கட்டண சலுகை உண்டு.

14.10.05 வெள்ளி முதல் 10 நாட்கள் மஹியார், (சக்தி பீடம்) சித்ரகூட் கஜூராஹோ, ஓர்ச்சா தரிசனம் **ரூ.6000/-**

21.10.05 வெள்ளி முதல் 10 நாட்கள் பாகமண்டலா மற்றும் நர்சிப்பூர் இரட்டை த்ரிவேணி தல காவேரி துலாஸ்நானம், **நவபிருந்தாவன தரிசன ஸ்பெஷல்,** மற்றும் சாலக்ராமநரசிம்மர், திரிகூடாசலம், தலைக்காடு, சுப்ரமண்யகடி, முக்தி நரசிம்மர், விருபாக்ஷேஸ்வரர் யாத்திரை **ரூ.5050/-**

3.11.05 வியாழக்கிழமை முதல் 10 நாட்கள் துலாமாச ஸ்நான கர்நாடகா ஸ்பெஷல். பாகமண்டலா த்ரிவேணி, தலைகாவேரி, சுப்ரமண்யா, கடீல், மூகாம்பிகா, உடுபி, ஆனைகுட்டிடே, சிருங்கேரி, தர்மஸ்தலா, முருடேஸ்வர், ஹொரநாடு, பெலூர், ஹலபேடு, மடூர், புத்தர் தங்க கோவில், ஓம்காரேஷ்வர், நஞ்சன்குடு, மைசூர் மஹிஷாஸுரமர்தினி, நிமிஷாம்பாள் **ரூ.5050/-** மட்டும்.

12.11.05 சனிக்கிழமை முதல் 15 நாட்கள் குஜராத் / ராஜஸ்தான் யாத்திரை. பஞ்சதுவாரகா (1. கோமதி, 2. பேட், 3. மூல, 4. ஸ்ரீநாத், 5. காங்ரோலி) டாகூர், மாத்ருகயா, அக்ஷரதாம், சூரியன் கோவில், தக்ஷிணாமூர்த்தி, விற்பூர், சோமநாத் நாகேசம், ஜெய்பூர், அம்பாஜி, பாகல்தீர்த், புஷ்கர் உட்பட **ரூ.9000/-**

30.11.05 புதன் முதல் 12 நாட்கள் ஆந்திர நரசிம்மர், பஞ்ச ஆராம தரிசன ஸ்பெஷல். த்ராக்ஷாராமம், த்வாரகாதிருமலா, விஜயவாடா, மங்களகிரி, பாபட்லா, பெத்தசெருகூர், ஓங்காரம்,அகரபல்லி, பத்ராசலம், சமால்கோட், அமராவதி, ராயலி அன்னவரம், சிம்மாசலம், அரசவள்ளி, ஸ்ரீகூர்மம் **ரூ.7200/-**

'திருமகளே வருக வருக!' இலவச இணைப்பு மட்டுமல்ல. படித்து பாது காக்க வேண்டிய பொக்கிஷமும் கூட! திருமகளின் வழிபாடு பற்றிப் பல அற்புத விஷயங்களையும் கொடுத்து அதற்குக் 'கண்ணன் திருவடி'களைப் பக்கத்துக்குப் பக்கம் போட்டு எங்களைப் பரவசமாக்கிய மங்கையர் மலருக்குப் பாராட்டுகள் பல!
திருவாரூர், ஆர். இராமசுப்ரமணியன்.

பெங்களூரில் நடைபெற்ற மலரின் 'கோலாகல வெள்ளி விழா' படித்துச் சுவைத்தேன். ஒருநாள் முழுவதும் மகிழ்ச்சியையும் கொடுத்து, மனநிறைவுடன் அன்பளிப்பினையும் கொடுத்து, நினைக்கும் போதே 'மங்கையர் மலர்' பத்திரிகை உலகில் 'வாடாதமல்லி' என உணர்த்தியது. தொடரட்டும் இனிய பணிகள்!
குமரி, வளர்மதி மனோதாஸ்.

ஆடி வெள்ளி அன்று எங்கள் இல்லத்தை தேடி வந்த மலரில் அதி அற்புதமான அழகு லட்சுமியின் ஒயிலான தோற்றம் திருவுருவைக் கண்டு மெய்சிலிர்த்துப் போனேன். பெரியோர்கள் வழக்கங்களாக சொன்னவற்றை 'ஈச்வரி ஜெகதீச்வரி'யில் விளக்கங்களோடு அளித்தமை போற்றுதற்குரியது.
கும்பகோணம், ஜி. துளசி கணபதி.

பார்வையிழந்த பெண்ணை மணந்து அவளுக்குக் கண்+அவனாக வாழ்ந்து காட்டும் உயர்ந்த இலட்சிய இளைஞனை அடையாளப்படுத்தும் 'சம்மதம்' சிறுகதை சமுதாய இருட்டை விரட்டுகின்ற புரட்சிப் படைப்பு!
இனாம்மணியாச்சி, பி. வெங்கடலட்சுமி.

பெரியகுளம், தேனி பகுதிகள் மிகவும் செழிப்பாக இருந்தது உண்டு. தற்போது சுமாராக விவசாயம் இருந்தபோதிலும், தாவரக் கழிவுகள், கலைப் பொருள்கள் தயாரிக்கப் பயன்படுகிறது என்கிறதைப் படிக்க மிகவும் மகிழ்ச்சியாக உள்ளது.
சென்னை - 40, பா. நாகலெட்சுமி.

'எது அழகு?' என்று அழகுக்கு அழகாய், அருமையாய் உவமைகளுடன், உதாரணங்களுடன் விளக்கம் தந்து ஓர் அழகான 'தங்க'மான 'தலையங்கம்' படைத்து விட்டீர்கள்!
சென்னை - 33, மயிலை. கோபி.

'ஓர் இல்லத்தரசியின் மௌன விரதம்' ரசிக்க வைத்தது. வாய் மட்டும் மூடி மனதால் பேசி, கவலைப்பட்டு தவித்ததற்குப் பதில் பேசாமல் பேசியே இருக்கலாமோ என்றே தோன்றியது!
ஸ்ரீரங்கம், எஸ்.கௌரிலக்ஷ்மி.

அன்பு வட்டம் சென்னை கே. பட்டுவின் அதிரடி கேள்விக்கும், கடலூர் மாலதி நாகராஜனின் நடப்பு நாள் நிலவரத்தை உள்ளடக்கிய வினாவுக்கும் தாங்கள் அளித்துள்ள பதில் பிரமிக்க வைத்தது.
முத்துப்பேட்டை, அழகிய தமிழ்மகள்.



ஆகஸ்ட் மாத இதழில் நான் 'கொத்துமல்லி வடகம்' பற்றி எழுதியிருந்தேன். அதில் பூந்தி, ஓமப்பொடி போன்ற மொறுமொறு தின்பண்டங்களுடன் கலந்து சாப்பிடலாம் என்ற வரியில் ஓமப்பொடிக்குப் பதிலாக 'ஏலப்பொடி' என்று தவறுதலாக அச்சாகியுள்ளது. 'ஓமப்பொடி'யாக மாற்றிக் கொள்ளுங்கள்.
சென்னை - 64, வத்சலா சதாசிவன்.

'உதானம்' குறித்த ஆலோசனைகள் மிகச் சிறப்பாக அமைந்துள்ளன. மக்களுக்கான புதிய விழிப்புணர்ச்சி முயற்சியும், சமூக சேவையும், மனிதநேயத்தை மேலும் மேலும் உயர்த்துவதாக இருக்கிறது.
சென்னை - 53, குணா அச்சுதன்.

பெட்டகம் 1 அட்டைப்படம் : ஸ்ரீஹரி



உள்ளங்கை அழகுக்கு...

கலாவதி, சென்னை - 64.

நெல்லிக்காய் ஓர் ஆப்பிளுக்குச் சமம் என்கிறார்கள். நிறைய சத்து, இருக்கிறது என்கிறார்கள். ஆனால் இரவில் சாப்பிடக் கூடாது என்று சொல்கிறார்களே! சரியான காரணம் கூறுங்களேன் -

எதையும் ஒரு வரைமுறைக்கு உட்பட்டே செய்ய வேண்டும் என்பதுதான் நமக்கு முன்னோர் காட்டியுள்ள வழி. குளிர்ச்சி தருகின்ற பண்டங்களை இரவில் உண்பதால் நீர் சேர்ந்து கொண்டு உடலில் நோய்கள் ஏற்படும் என்பதால்தான், இரவில், இஞ்சி, கீரை, நெல்லிக்காய், பழைய சோறு. இவற்றைத் தவிர்க்க வேண்டும் என்கிறார்கள். அதுபோலவே ஒன்றின் வீரியத்திற்கு மற்றொன்று மாற்று என்பர். வேர்க்கடலை நல்லதுதான். அதற்காகப் பிடியளவு தின்னாமல் படிக்கணக்காய்த் தின்றால் பித்தம் கிறுகிறுக்கும். எனவே ஒரு கட்டி வெல்லத்தைத் தின்னச் சொல்லுவார்கள். அது போலவே மிளகாயின் காரத்துக்குத் தனியாவின் குளிர்ச்சியும், பலாச்சுளைக்குத் தேனும், நெய்யும், வாழைப்பழம் அதிகமாகத் தின்றால் எருமை மோரையும் தேங்காய்க்குப் பச்சரிசியும் வெல்லமும் சேர்ந்து உண்பது நல்லது.



ஆர். பிருந்தா, மதுரை.

தலைக்கு 'டை' அடிக்க மருதாணிப் பவுடர், முட்டை, எலுமிச்சம் பழச்சாறு, தேயிலை டிகாக்ஷன், கத்தா எல்லாம் சேர்த்துக் கலக்கி, தலையில் தடவிக் குளிக்க வேண்டும் என்று போடுகிறார்கள். இதில் கத்தா என்பது என்ன? எங்கே கிடைக்கும்?

நாட்டு மருந்துக் கடைகளில் கிடைக்கும் கத்தைக் காம்பு என்பதை வடநாட்டார் கத்தா என்கின்றனர். வெற்றிலை பீடாவில் கத்தாவைக் குழைத்துச் சேர்ப்பது வழக்கம். கத்தைக் காம்பு என்று கேட்டால் தருவார்கள். ஆமாம் மாங்கொட்டைப் பருப்பை மறந்து விட்டீர்களே! அதையும் பொடித்து உங்கள் கலவையில் சேர்த்துப் பூசுங்கள்.

மங்கையர் சக்தி
மகத்தான சக்தி
மங்கையர் மலர் வெள்ளிவிழா

பி. கமலா, செங்கை.

அம்மா, என் இரண்டு கட்டை விரல்களில் (கால்) அடிக்கடி மண், அழுக்கு சேர்ந்து விடுகிறது. விரல் வீங்கி ரொம்ப வலிக்கிறது. இதற்கு ஒரு மருந்து கூறுங்களேன்...

கட்டை விரல்களில் மண் புகுந்து கொள்வதாலும், நகம் உள்நோக்கி வளர்ந்தாலும் வலி ஏற்படும். அதற்குக் கொஞ்சம் வெதுவெதுப்பான நீரில் பாதங்களைப் பத்து நிமிடங்கள் ஊறவைத்து மழுங்கின முனையைக் கொண்ட சுத்தமான குச்சியால் சேர்ந்திருக்கும் அழுக்கினை நீக்கிய பின் சிறிது நல்லெண்ணெயைச் சூடாக்கி அதில் மஞ்சள் பொடி, கற்பூரம் சேர்த்து அதை விரல்களில் தடவவும். குணம் தெரியும்.

எம். லதா, கோயம்புத்தூர்.

என் மகன்கள் (வயது 15, 18) இருவருமே தினமும் காலை எழுந்தவுடன் சுமார் இரண்டு மணி நேரத்திற்கு இருமல், தும்மல், மூக்கிலிருந்து சளி என்று அவதிப்படுகிறார்கள். ஆனால் மதியப் பொழுதில் சரியாகி விடுகிறது. இதனால் காலை நேரப் படிப்பு மிகவும் பாதிக்கப்படுகிறது. ரொம்ப வருடங்களாகவே இந்தத் தொல்லை இருவருக்கும் இருக்கிறது. சளி பிடிப்பதற்கு காரணங்களைத் தேடி அலசி விட்டேன். சரிப்படவில்லை.

தேங்காய் எண்ணெயில் 50 தும்பைப் பூக்களைப் போட்டுக் காய்ச்சி வடிகட்டி உச்சந்தலையில் இரண்டு விரல் எண்ணெய் தினமும் வைத்துக் குளித்தால் ஓயாத தும்மல் போகும். அல்லது இரவு படுக்கப் போகும் முன் கிராம்பு 4, மிளகு 10 எடுத்து லேசாக வறுத்து இடித்துத் தூளோடு அதிமதுரம் தூள் கால் டீஸ்பூன் சேர்த்து அரை தம்ளர் பாலில் கலந்து கொஞ்சம் கொஞ்சமாக விழுங்கச் செய்தால் நாள்பட்ட தும்மல், இருமல் சளி குணமாகும்.

பா. செல்வி, சிவகாசி.

என் வயது 24. எனக்கு உள்ளங்கையிலும், காலிலும் சூடாகவும், வெடிப்பும் உள்ளது. இதற்கு என்ன சாப்பாடு, மருந்து உபயோகிக்கலாம்? இதற்கு ஏற்ற ஒரு நல்ல

தீர்வு கூறுங்கள்.

கை, கால்களில் வெடிப்புகள் இருந்தால் உங்கள் சாப்பாட்டில் குறைபாடு இருக்கலாம் என்று தோன்றுகிறது. கீரை காய்கறிகளை அதிகம் சாப்பிடவும். இஞ்சி முரப்பா சாப்பிட்டால் தோல் வியாதிகள் குணமாகும். வில்வ இலைகளைக் காய வைத்துப் பொடி செய்து கை கால்களில் தடவி வைத்துக் குளித்தால் சொர சொரப்பு நீங்கும். நேரம் கிடைக்கும் போதெல்லாம் கை கால்களில் தேங்காய் எண்ணெயைத் தடவி வாருங்கள். வழவழப்பு கூடும்.

வேதவல்லி, வேலூர்.

என் மகளுக்கு வயது 18 ஆகிறது. அவளுக்கு 2 வருடமாக முடி கொட்டிக் கொண்டே இருக்கிறது இடமாற்றம் காரணமாக). அவள் தலைமுடியில் சரிபாதியாகக் குறைந்து விட்டது. தலைமுடி கொட்டாமல் இருக்க எளிமையாக (இயற்கையாக) ஒரு வைத்தியம் சொல்லுங்களேன். தண்ணீர் கூட உப்புத் தண்ணீரில்லை. ஆனாலும், கொட்டிக் கொண்டே உள்ளது. இதற்கு என்ன செய்வது?

தலைமுடி கொட்டுவதற்கு இப்போதுள்ள சுற்றுச்சூழல் ஒரு காரணம். தலையில் தேங்காய் எண்ணெய் தடவுவதில்லை. ஷாம்பூ தேய்ப்பது, பச்சைக் காய்கறிகள் உண்பதில்லை, பால் குடிப்பதில்லை என்ற காரணங்களும் உள்ளன. இரவில் வெகுநேரம் கண் விழித்துப் படிப்பதனால் உண்டாகும் சூட்டினாலும் முடி கொட்டும். தலைக்குத் தடவும் எண்ணெயில் பிஞ்சு ஆலம் விழுதுகளைப் போட்டு வைத்துத் தடவி வரவும். செம்பருத்தி இலைகளை அரைத்துத் தடவிக் குளிக்கலாம்.

பி. பாக்யலட்சுமி, அண்ணாநகர்.

எனக்கு மூக்கின் ஓரம் இரண்டு புறமும்) கறுப்பாக இருக்கிறது. பனிக்காலம் வந்தால் அந்த இரண்டு பக்கமும் எரிகிறது. தயவு செய்து இதற்கு ஒரு மருந்து சொல்லுங்கள் அம்மா...

ஆர். பிரேமா, சென்னை.

முகத்தில் மூக்குக் கண்ணாடி அணிவதால் மூக்கின் இரு பக்கத்திலும் கண்ணாடி

அழுந்தி, அழுந்தி கறுப்பாக உள்ளது. இந்தக் கறுப்பு மறைந்து இயற்கையான நிறம் வர என்ன செய்வது?

சோப்புப் போடுவதைத் தவிர்த்து வில்வ இலைத் தளிருடன் சிறிது தேன் சேர்த்துக் குழைத்துத் தடவி வைத்து பயத்தமாவினால் முகம் கழுவவும். நாளடைவில் கறுப்பு மறையும்.

வே. அருணாதேவி,
திருவண்ணாமலை.

இரத்தக் கொதிப்பு உள்ளவர்கள் நெய் சேர்த்துக் கொள்ளலாமா?

40 வயதுக்கு மேலேயே கொழுப்புப் பொருள்களைத் தவிர்ப்பது நல்லது. இஞ்சிச் சாற்றில் சிறிது தேன் சேர்த்து காலை மாலை இரு வேளைகளிலும் வாரம் இருமுறை சாப்பிடுங்கள். நன்னாரி வேரைக் கொதிக்க வைத்து அருந்தலாம். நெய் சிறிதளவு (தாளிப்பில்) சேர்த்துக் கொள்ளலாம். மற்றபடி சாம்பார் சாதம், ரசம் சாதம் என்று எல்லாவற்றிற்கும் ஸ்பூன் ஸ்பூனாகச் சேர்த்துக் கொள்வது நல்லதல்ல.

பி. ஜானகி, பாளையங்கோட்டை.

எனக்கு சில வருடங்களாக தொண்டைக்கட்டு இருக்கிறது (இருமல் கிடையாது). முன்பெல்லாம் 5 கட்டை ஸ்ருதியில் பாடுவேன். இப்பொழுது சாதாரணமாகக் கூடப் பாட முடியவில்லை. மனச்சோர்வு அடைந்து விட்டால் 'பாட்டு'தான் எனக்குக் கைகொடுக்கும். எனக்கு இதற்கு ஒரு நல்ல மருந்து சொல்லுங்கள் தாயே.

அதிகம் பேசுவதால் தொண்டைக் கட்டு ஏற்படலாம். தூதுவளைக் கீரையை அல்லது வெந்தயக் கீரையை ஆய்ந்து நெய்யில் வதக்கி வெறும் வயிற்றில் சாப்பிடுவது நல்லது. சித்தரத்தையைப் பொடி செய்து வைத்துக் கொள்ளவும். தினமும் இரவில் அரை தம்ளர் பாலில் ஒரு டீஸ்பூன் பொடியைக் கலந்து பனங்கல் கண்டு சேர்த்துச் சாப்பிடவும். (அதிகம் சாப்பிட்டால் சித்தரத்தை சூடு). குரல் பழைய நிலைக்கு வரும். ஐந்தென்ன ஆறு கட்டை ஸ்ருதியில் குரலெடுத்துக் காயாத கானகத்தே என்று பாடலாம்!

இடை சிறுக்க...

தாய்லாந்தின் பெண்மணிகள் எல்லோருமே ஊளைச்சதையின்றிக் காணப்படுகிறார்கள். ஒட்டிய வயிறு, சிறுத்த இடை, பார்க்கப் பார்க்க பொறாமையாகத்தான் இருக்கிறது. நான் அங்கு இருந்த போது அவர்கள் என்ன சாப்பிடுகிறார்கள் என்று விசாரித்ததில் அவர்களும் பச்சரிசிச் சாதம்தான் சாப்பிடுகிறார்கள். நாம் இரண்டு வேளை சாப்பிடும் உணவை அவர்கள் ஆறு வேளை சிறிது சிறிதாகச் சாப்பிடுகிறார்கள்.

கஞ்சியோடு சாதத்தைச் சின்னக் கிண்ணத்தில் இட்டு காலை ஆறு மணிக்கும் அதையே சாப்பிடுகிறார்கள். அதிலும் குறிப்பாக அவர்கள் காய்களை எண்ணெயில் பொரித்து உண்பதில்லை. அருமையான தாய் சமையல் குறிப்பினை உங்களோடு பகிர்ந்து கொள்கிறேன். சாதத்தைக் கெட்டியாக வடிக்காமல் நிறைய நீர் சேர்த்துக் கஞ்சியோடு கொதிக்கும் போது அதில் பீன்ஸ், காரட், பட்டாணி, கோஸ், அவரைக்காய், வெங்காயம் போன்ற பச்சைக் காய்கறிகளைப் பொடிப் பொடியாக நறுக்கிக் கொதிக்க விடுகிறார்கள். பிறகு அடுப்பை அணைத்து விட்டு காரம் வேண்டுமானால் பச்சை மிளகாய் நறுக்கிச் சேர்க்கிறார்கள். உப்புப் போட்டு விட்டு... பத்து இருபது வெள்ளைப் பூண்டை உரித்து நசுக்கி எண்ணெயில் பொரித்துச் சூடாக 'சுர்'ரென்று தாளித்து விடுகிறார்கள். இதன் சுவையும், மணமும் அடாடா! நம்மை எங்கோ கொண்டு சென்று விடுகிறது.

- கோமதி மணி, திருநெல்வேலி.

(உங்களால் இடுப்பைச் சிறுக்க முடிந்ததா என்று கேட்டபோது, "எங்கே? நமக்குத்தான் சாம்பார், இட்லி, மிளகாய்ப் பொடி, எண்ணெய், வறுவல், சாதம், தயிர் என்று மூன்று வேளை மூக்குப் பிடிக்கத் தின்று பழக்கமாகி விட்டதே!" என்று பெருமூச்சு விடுகிறார் கோமதி.)

வாசகர்களின் பங்குக்கு :



ஆண்களுக்கு வரும் ஆண்ட்ரோபாஸ்!

ஒரு பெண்ணுக்கு மெனோபாஸ் என்பது அவள் வாழ்வில் தவிர்க்க முடியாத ஒன்று. இந்தக் காலகட்டத்தில்தான் அவள் தாய்மைப்பேற்றை இழக்கிறாள். மேலும், மெனோபாஸ் உடம்பில் உள்ள செல்கள் முதுமையடைந்து விட்டதைப் பறைசாற்றுகிறது. பெண்களுக்கு எப்படி மெனோபாஸோ அதே போல் ஆண்களுக்கும் ஆண்ட்ரோபாஸ் என்று ஒன்று உண்டென்றால் ஆச்சர்யமாக இல்லை?

தோழா தோழா செப்டம்பர் 2005

ஓர் ஆணுக்கு தமது நாற்பதாவது வயதில் இந்த ஆண்ட்ரோபாஸ் தோன்றுவதாக மருத்துவ உலகம் தெரிவிக்கிறது. ஆனால், ஆண்ட்ரோபாஸையும் மெனோபாஸையும் ஒப்பிட்டுக் கூறி விட முடியாது என்றும் சில மருத்துவர்கள் வாதிடுகின்றனர். எது எப்படியிருந்தாலும் மெனோபாஸ் பெண்களுக்கு வரும் அறிகுறிகளும் ஆண்களுக்கு வரும் ஆண்ட்ரோபாஸும் ஒன்றாகவே இருக்கின்றன!

பெண்களுக்கு தாய்மைபேறுக்கு இன்றியமையாத ஒன்றாகச் செயல்படும் ஈஸ்ட்ரோஜன் போலவே ஆண்களுக்கும் மேல் தன்மையைக் குறிக்கும் டெஸ்டோஸ்ட்ரோன் என்கிற ஒருவித சுரப்பி உடலில் சுரக்கிறது. இந்தச் சுரப்பியானது ஆணிற்கு 40 வயதாகும் பொழுது படிப்படியாகக் குறைய ஆரம்பித்து வாழ்நாள் முழுதும் குறைந்து கொண்டே வருகிறது. இதனால் ஏற்படும் அறிகுறிகள் :

மூடு மாறுவது, உடல் சோர்வு, சோம்பல், தாம்பத்திய உறவில் நாட்டம் குறைதல், தசைநார்களின் வலு இழப்பு, கவனக் குறைவு, உடல் ஆற்றல் இழப்பு என்று இவர்கள் பாதிக்கப்படுகிறார்கள்.

பெண்களுக்கு வரும் மெனோபாஸ்	ஆண்களுக்கு வரும் ஆண்ட்ரோபாஸ்
40-லிருந்து 50 வயது பீரியட் மெனோபாஸ்	40-லிருந்து ஆரம்பித்து ஆயுள் முடிய
மெனோபாஸ் பீரியட் 10 வருடத்துக்குள் முடிந்து விடும்.	ஒரு பொழுதும் முடிவடைவதில்லை.
இந்த பீரியடில் ஈஸ்ட்ரோஜன் லெவலும், தாய்மைக்குக் காரணகர்த்தாவான ப்ரொஜஸ்ட்ரோனும் நின்று விடும்.	ஆணிற்குப் படிப்படியாக அதாவது ஒரு வருடத்திற்கு 1% என்று குறையும். ஆனால் ஓர் ஆண் வாழ்நாள் இறுதியிலும் தகப்பனாகும் தகுதியுடையவனாக இருக்கிறான்.

பொதுவாக இது முதுமையின் பரிணாம வளர்ச்சி என்று கருதப்பட்டாலும் சென்ற வருடத்திய இந்தியாவின் நான்கு மெட்ரோ நகரில் நடத்திய ஆராய்ச்சிக் குறிப்பு ஒன்று அதிர்ச்சிகரமான தகவலைத் தருகிறது.

மெட்ரோ நகரங்களில் முதுமையடையும் ஆண்களின் வயது :

புது தில்லி : *35 வயதில்*
மும்பை : *41 வயதில்*
சென்னை & கொல்கத்தா : *45 வயதில்*

அதாவது இந்த டெஸ்டோஸ்ட்ரோன் சுரப்பியானது ஒவ்வொரு ஆணின் வாழ்க்கை முறையினாலும், அவன் சந்திக்கும் டென்ஷன், பிரச்னை போன்றவற்றினாலும் தனது செயல்பாட்டை நிர்ணயித்துக் கொள்கிறது.

தில்லி நகர ஆண்கள் பொதுவாக டென்ஷனான ஓட்டமான வாழ்க்கைக்குத் தள்ளப்படுகிறார்கள். இதனால் அவர்களுக்கு முதுமை சீக்கிரமே எட்டிப் பார்ப்பதாக ஆராய்ச்சி தகவலளிக்கிறது.

அடுத்ததாக மும்பை நகரவாசிகளும் இந்த லிஸ்டில் வருகிறார்கள். பொதுவாக வேலையில் ஏற்படும் மன அழுத்தமும் உடல் அலைச்சலும் இந்த ஹார்மோன் சுரப்பியின் வேகமான குறைபாட்டுக்கு முக்கியக் காரணம் என்கின்றனர் மருத்துவர்கள். அதிக ஸ்ட்ரெஸ், அதிக ஹார்மோன் குறைபாட்டை உண்டுபண்ணுமாம்.

நியாயம்தானே. ஓர் ஆணின் வாழ்வில் 40 வயதாகும் பொழுதுதான் குடும்பத்தில், வேலையில் பதவி உயர்வும், பொறுப்புணர்ச்சியும் கூடுகிறது. வீடு வாங்குவது, குழந்தைகளின் எதிர்கால வாழ்க்கை, வேலையில் நெருக்கடி என்று எல்லாமும் சேர்ந்து மென்டல் டென்ஷனை அதிகரிக்கச் செய்கிறது.

இதனால் எரிச்சல், கோபம் என்ற உணர்வுகளுக்கு ஆட்பட்டு உடலில் ஹார்மோன் லெவலில் பாதிப்பை உண்டாக்குகிறது. தாம்பத்திய உறவிலும் நாட்டம் குறைகிறது. இதனால் கணவன் - மனைவி உறவுக்குள்ளும் பிணக்கம் ஏற்படுகிறது.

பொதுவாக மக்களிடையே இந்த ஆண்ட்ரோபாஸ் பற்றிய விழிப்புணர்வு குறைவாகவே காணப்படுகிறது. பெண்களுக்கு மேற்கொள்ளப்படும் ஹார்மோன் ரீப்ளேஸ்மென்ட் தெரபி போல் ஆண்களுக்கும் டெஸ்டோஸ்ட்ரோன் ரிப்ளேஸ்மெண்ட் தெரபியும் நடைமுறையில் இருக்கிறது. ஆனால் இதற்கான அவசியம் அனைவருக்கும் ஏற்படுவதில்லையென்றாலும் ஒவ்வொரு ஆண்மகனும் இந்த ஆண்ட்ரோபாஸைப் பற்றி அவசியம் தெரிந்து கொள்ள வேண்டும் என்று மருத்துவர்கள் தெரிவிக்கிறார்கள்.

நாற்பது வயது நிரம்பிய ஆண்கள் தங்களுக்குள்ளே இந்தக் கேள்வியைக் கேட்டுக் கொள்ளலாம்!

1. உடல் சக்தி குறைவதாக எண்ணுகிறீர்களா?

2. சீக்கிரமே அயற்சி அடைகிறீர்களா?

3. எப்போதும் இல்லாத அளவுக்கு அடிக்கடி எரிச்சல் உண்டாகிறதா?

4. அடிக்கடி மூடு-அவுட் ஆகிறதா?

5. வேலையில் கவனம் சிதறுகிறதா?

ஆண்களுக்கும் அந்த மூன்று நாட்கள்!



கோபம், எரிச்சல், அழுகை என்று மாதவிடாய்க் காலங்களில் பெண்கள்தான் பெரிதும் அவதியுறுவதாக இது வரை நம்பப்பட்டது.

ஆனால், இங்கிலாந்து நாட்டின் மனநோய் மருத்துவர்கள் மேற்கொண்ட ஆராய்ச்சியின் முடிவாக பெண்களைப் போன்றோ, இல்லை அதை விட அதிகமாகவோ ஆண்களும் அவதியுறுவதாகக் கண்டறியப்பட்டுள்ளது. ஒவ்வொரு மாதமும் சுழற்சியாக குறிப்பிட்ட நாட்களில் ஆண்களும் கவனக்குறைவு, எதிர்மறை எண்ணங்கள், வலி, குணத்தில் மாறுபட்ட நடவடிக்கைகள் என அவதியுறுகின்றனர். இதனை PMT (Periodic Male Tension) என்று குறிப்பிடுகின்றனர்.

நூறு ஆண், மற்றும் பெண்களிடம் மேற்கொண்ட ஆராய்ச்சியில் பெண்களைக் காட்டிலும் அதிக அளவில் ஆண்கள் பாதிக்கப்படுவது கண்டு அறிந்துள்ளனர்.

காரணம், ஆண்களுக்கு வலி தாங்கும் தன்மை குறைவாக இருப்பதோடு ஒன்றுமில்லாததையும் பெரிதாகக் கருதும் குணமும் இருப்பதால் இவ்விஷயத்தில் ஆண்களே பெரிதும் அவதியுறுவதாகக் கருதப்படுகிறது!

- ஜே. ஐஸ்வரியா.

அல்லது கவனம் செலுத்துவதில் சிரமம் ஏற்படுகிறதா?

6. மன அழுத்தம் ஏற்படுகிறதா?
7. ஞாபக சக்தியில் குறைபாடு உண்டாகிறதா?
8. உடல் பலம் குறைகிறதா?
9. ஏதாவது எலும்பு முறிவு ஏற்பட்டுள்ளதா?
10. தாம்பத்திய வாழ்வில் நாட்டம் குறைகிறதா?

இந்தக் கேள்விகளில் சிலவற்றிற்காவது உங்கள் பதில் 'ஆம்' என்றால் நீங்கள் ஆண்ட்ரோபாஸினால் அல்லது ஆண மெனோபாஸினால் அல்லது டெஸ்டோஸ்டிரோன் சுரப்பி குறைவதினால் பாதிக்கப்பட்டுள்ளீர்கள்.

ஆண்ட்ரோபாஸ் தொடங்கும் பொழுது ஓர் ஆண் உடலளவிலும் மனதளவிலும் எப்படித் தன்னைத் தயார்ப்படுத்திக் கொள்ள வேண்டும்?

உணவு முறையில் மாற்றம் :

பொதுவாக நாற்பது வயது வந்தவுடன் உணவில் கொழுப்பை குறைக்க முயற்சி மேற்கொள்கின்றனர். ஆனால் இப்படிச் செய்வதால் அதிவேக டெஸ்டோஸ்டிரோன் குறைபாடு ஏற்படும்.

அதே போல் அதிகப் புரதச்சத்து நிறைந்த உணவும், குறைந்த கார்போஹைட்ரேட் உணவு முறையும் இந்த ஹார்மோன் சுரப்பியை குறைக்கக்கூடும்.

ஆகவே, உணவில் ஆரோக்கியமான கொழுப்புப் பதார்த்தங்களும், நிறைய காய்கறிகள், கீரை வகைகள் மற்றும் தண்ணீரும் அதிகம் சேர வேண்டும்.

மனதளவில் தயார்ப்படுத்துதல்

- மூளைக்கு எப்பொழுதும் வேலை கொடுத்துக் கொண்டே இருக்க வேண்டும். கிராஸ்வோர்டு போடுவது, வினாடி-வினா போன்று மூளைக்குத் தீனி போடும் விஷயங்களில் கவனம் செலுத்த வேண்டும்.
- ஒரு வாரத்தில் மூன்று முறை குறைந்தது அரை மணி நேர உடற்பயிற்சி தேவை.
- சூழ்நிலைகளை ஏற்றுக் கொள்ள, மனதைக் கட்டுப்படுத்த தியானம் கைகொடுக்கும்.
- தனிமையில் உழலுவதை விட தனிமையை விரட்ட முயற்சி மேற்கொள்ளலாம்.

- சாந்தி ரங்கா

(மருத்துவத் தகவல்கள் இண்டர்நெட்டிலிருந்து பெறப்பட்டன).

மணி மங்கை

நான் பயனடைந்த மருத்துவக் குறிப்பு'



• ஜூலை இதழில் பரிசு பெற்ற வாசகி அறிவுக்கொடி, திண்டுக்கல்.

இரு குழந்தைகளுக்குத் தாயான நான் என் உடம்பில் எந்த நோயையும் அண்ட விடாமல் வைத்திருந்தேன். இருந்தும் தும்மல் என்னைக் காதலிக்க, விளைவு காலை எழுந்தவுடன் ஒரே தும்மல். உடனே அருவி ஓட அதைத் தடுக்க எனக்கு 7 அல்லது 8 கர்சீப்கள் தேவை.

ரூ.25,000/- மதிப்புள்ள தங்க நகை பரிசு பெறும் கட்டுரை

டாக்டரிடம் பல தடவைகள் படை எடுத்தும் புண்ணியம் இல்லை. இந்த அவதியில் குனிந்து வீடு பெருக்கவும் முடியாமல் கடுமையான முதுகுவலியும் பின்னி எடுத்த நிலையில் அடுத்த இடி ஆரம்பம். ஆம், மெனோபாஸ் என்னும் பூதம்தான். கொள்ளிவாய்ப் பேய்களுடன், குறளைப் பேயும் தத்துப் பிள்ளையாக வந்து சேர்ந்தது. இதனுடன் நான் கண்ணாமூச்சி விளையாடிக் கொண்டிருக்க, இதற்கிடையில் என் மகன் எம்.எஸ். படிக்க லண்டன் போனதால் அவனுக்குத் தேவையான சமையல் பொடிகளை ரெடி பண்ணிய பின் சமையல் குறிப்புகளை நம் அட்சயபாத்திரமான மங்கையர் மலரிலிருந்து குறிப்பு எடுக்க ஆரம்பித்தேன்.

ஆஹா, அப்போதுதான் எனக்கென ஒரு ஜீபூம்பா உதவிக்கு



மணி மங்கை

அக்டோபர் மாத போட்டித் தலைப்பு: பாராட்டுப் பெற்ற நவராத்திரி குறிப்பு

ரூ.25,000/- மதிப்புள்ள தங்கநகைப் பரிசு

1999-ம் ஆண்டு மங்கையர் மலரில் நீங்கள் படித்து, பயன்படுத்தி பாராட்டுப் பெற்ற நவராத்திரிக் குறிப்புகள்.

1. பழைய இதழின் பயனடைந்த பக்கத்தின் ஜெராக்ஸ் பிரதியை அனுப்ப வேண்டும்.
2. ஆசிரியர் தீர்ப்பே இறுதியானது.
3. பரிசு வருமானவரி விதிமுறைகளுக்கு உட்பட்டது.
4. கூப்பனை இணைத்து அனுப்ப வேண்டும்.
5. கடைசி தேதி 10.9.2005

ஆசிரியர், மங்கையர் மலர்,
47, ஜவாஹர்லால் நேரு சாலை,
ஈக்காடுதாங்கல்,
சென்னை - 600 032.

பெயர்: ....

வயது: ....

முகவரி: ....

....

....

....

தொலைபேசி எண்: ....

ஈமெயில்:

....

வந்தது. ஜூலை 2002 மங்கையர் மலரில் விஜயா ஸ்ரீதரன் எழுதியிருந்த, 'காலை எழுந்தவுடன்' என்னும் அற்புத மருத்துவக் குறிப்புதான். படித்த நான் எப்படி செய்வது என முழிக்க என் ஆபத்பாந்தவன் என் குரு (மகன்) மூச்சுப் பயிறசியையும், ஆசனங்களையும் எப்படிச் செய்வது என் விவரித்து செய்து காட்ட, நானும் சிரத்தையுடன் கிளிப்பிள்ளையாக இந்த எளிய யோகாவைச் செய்ய, என்னைப் பிடித்திருந்த பூதங்கள் அலறி ஓட ஆரம்பித்து ஒன்று ஒன்றாக ஓடியே போச்சு. இந்தக் குறிப்பை அக் 2003ல் இருந்துதான் பயன்படுத்த ஆரம்பித்தேன். இன்று வரை எந்தப் பிரச்னையும் இல்லாமல் இளமை துள்ளும் பெண்மணியாக இருக்கிறேன். என் வயது 53. துணி துவைப்பது உள்பட எல்லா வேலைகளையும் நானே செய்கிறேன். இதனுடன் 27 ரோஜாச் செடிகளையும் என் குழந்தைகளுக்காக வளர்க்கின்றேன். ஞானதிருஷ்டியில் என்னைப் போன்ற பலரையும் பார்த்து எழுதிய விஜயா ஸ்ரீதரனுக்கு என் நன்றிகள். மருத்துவத்திற்கே ராஜமருத்துவமான இந்த மூச்சுப் பயிற்சி மற்றும் எளிமையான யோகாவும் எல்லோரும் பயன்படுத்தி வாழ வேண்டும். இதற்கு ஒரு நாளைக்கு 15 நிமிடங்கள் செலவிட்டாலே போதும். நிறைந்த இன்பம் கிட்டும்.

- வனஜா நாகராஜன், திருப்பூர்.

மங்கையர் மலர்

பாண்டிச்சேரி தோழா



பாண்டிச்சேரி என்றதுமே மணக்குள விநாயகர் ஆலயமும், பிரெஞ்ச் ஆதிக்கத்தில் எழுப்பப்பட்ட அழகிய கட்டடங்களும் அரவிந்தர் அன்னை ஆசிரமும்தான் நமக்கு நினைவு வரும். எமது அடுத்த பயணமும் பாண்டிச்சேரிக்குத்தான்!

ஸ்ரீ அரவிந்தர் வாழ்ந்த பாண்டிச்சேரியில் நமது ஆண்கள் சிறப்பிதழ் 'தோழா தோழா' வெள்ளி விழா நிகழ்ச்சி நடைபெறுவதும் சிறப்புதானே! வாருங்கள் மங்கையரே உங்கள் மணவாளருடன்!

ஆம், இந் நிகழ்ச்சியின் நாயகர்களே ஆண்கள்தான்! அதனால் அவர்களுக்கும் சிறப்பு அழைப்பு. பெண்களுடன் ஆண்கள் போட்டிகளில் கலந்து கொள்ளலாம்! பரிசு? அனைவருக்கும்தான்!

நிகழ்ச்சியில்...

- பாண்டிச்சேரி நகர வாசகர்களுக்கு மட்டுமே முன்னுரிமை.
- சிறு குழந்தைகள், 12 வயதுக்குட்பட்ட சிறுவர்கள், கண்டிப்பாக அரங்கிற்குள் அனுமதிக்கப்பட மாட்டார்கள்.
- நிகழ்ச்சியில் மற்றும் போட்டிகளில் வாசகர்/வாசகியர் அவர்களது சொந்தச் செலவிலேயே வந்து கலந்து கொள்ளும்படி கேட்டுக் கொள்கிறோம்.
- இங்கு கொடுக்கப்பட்டிருக்கும் விழா கூப்பனுக்கு இருவர் அனுமதிக்கப்படுவர்.

நாள் : **18.9.2005 (ஞாயிற்றுக் கிழமை)**

பதிவு நேரம் : **காலை 8 மணி முதல் 9 மணி வரை**

இடம் : **கம்பன் கலையரங்கம்,**
லால்பகதூர் சாஸ்திரி சாலை,
பாண்டிச்சேரி - 1.

பாண்டிச்சேரியில் 18-ம் தேதி காலை 9.30 மணிக்குத் தொடங்கும் நிகழ்ச்சிக்கு இந்தக் கூப்பனுக்கு இருவர் அனுமதிக்கப்படுவர்.

(ஆர்.)

பாண்டிச்சேரி - விழா கூப்பன்

கோலாகல வெள்ளி விழா

தோழா செப்டெம்பர் 18



* போட்டி முடிவுகள் நிகழ்ச்சியின் இறுதியில்தான் அறிவிக்கப்படும். ஆகவே, நிகழ்ச்சி முடியும் வரை ஒவ்வொரு வரும் அரங்கினுள் கட்டாயம் இருக்க வேண்டும்.
* காலை முதல் மாலை வரை நிகழ்ச்சிகள் நடைபெறும். மதிய உணவு மட்டும் எல்லோருக்கும் வழங்கப்படும்.

போட்டி - I பட்டிமன்றம் :

குடும்பத்திற்கு அதிகம் பங்களிப்பது ஆண்களா?/பெண்களா?

இன்றையச் சூழலுக்கு பொருத்தமான தலைப்பு! நமக்கு நாமே எடை போட்டுக் கொள்ள வேண்டிய நேரம் இது. சரி எந்தத் தலைப்பில் நீங்கள் வாதாடப் போகிறீர்கள். இதில் ஒரு கண்டிஷன். இந்தப் பட்டிமன்றத்தில் சேர்ந்து வாதிட விரும்பும் சகோதரிகள் கண்டிப்பாக கணவருடன்தான் கலந்து கொள்ள வேண்டும். அதாவது, கணவனும், மனைவியும் சேர்ந்தே பெயர் கொடுக்க வேண்டும். இருவரும் எதிர் எதிர் அணியில் பங்கேற்க வேண்டும். யார் எந்த அணியில் எந்தத் தலைப்பில் வாதிடுவது என்கிற குடுமிப்பிடிச் சண்டையெல்லாம் மட்டும் உங்களுடையது!

போட்டி - II ஜோடிக்கேத்த மூடி!

கணவன் - மனைவி ஜோடிகளுக்கு நடக்கப் போகும் காரசாரமான (ரஸமான!) போட்டி இது! என்ன ரெடியா தம்பதியரே! அப்புறமென்ன ஜோடியாய் கூப்பனை அனுப்பி பதிவுசெய்து கொள்ளுங்கள். (வயது வரம்பு இல்லை).

போட்டி - III என்னில் பாதி!

இது ஒரு வர்ணம் தீட்டும் கலை. 'நான் பாதி, நீ பாதி' என்பதாக முகத்தில் வர்ணம் தீட்டும் போட்டி. மூன்று பேர் கலந்து கொள்ள வேண்டும். இதில் ஒருவர் முகத்துக்கு மற்ற இருவரும் வர்ணம் தீட்டி அழகு பார்க்க வேண்டும்!

மூன்று போட்டிகளுக்குமான பொது விதிமுறைகள் :

* இந் நிகழ்ச்சிகளில் பாண்டிச்சேரி வாசகியர் அனைவரும் கலந்து கொள்ளலாம்.
* மூன்று நிகழ்ச்சிகளுக்கும் முதல் நாள் தேர்வு நிகழ்ச்சி நடத்தப்படும். (இதற்குண்டான இடம், நேரம் பின்பு கடிதம் மூலம் தெரிவிக்கப்படும்).
* ஆண்கள் முதல் போட்டியிலும் இரண்டாவது போட்டியிலும் கலந்து கொள்ளலாம்.
* போட்டி - III பெண்களுக்கு மட்டுமே!

• முதல் நாள் நடைபெறும் தேர்வு நிகழ்ச்சிக்கு போட்டியில் கலந்து கொள்ளவிருக்கும் வாசகியர் அனைவரும் கண்டிப்பாக இடம்பெற வேண்டும்.

• நுழைவுத் தேர்வு மற்றும் விழாவில் கலந்து கொள்ள ஏற்படும் போக்குவரத்து மற்றும் இதர செலவுகள் அனைத்துக்கும் வாசகியரே பொறுப்பேற்றுக் கொள்ள வேண்டும்.

• தேர்வு நிகழ்ச்சியில் தேர்ந்தெடுக்கப்படும் குழுவில் உள்ள வாசகியரே மறுநாள் விழாவில் நடைபெறும் மேடை நிகழ்ச்சிக்கு அனுமதிக்கப்படுவார்கள்.

• அந்தந்தப் போட்டிக்குக் கொடுக்கப்பட்டிருக்கும் கூப்பனில் பெயர், விலாசம் எழுதி கூப்பனை ஆசிரியர், மங்கையர் மலர், 47 NP, ஜவாஹர்லால் நேரு சாலை, ஈக்காடுதாங்கல், சென்னை - 600 032 என்ற முகவரிக்கு அனுப்பவும். **கடைசித் தேதி 10.9.2005**

• ஆசிரியர் தீர்ப்பே இறுதியானது.

போட்டி - I கூப்பன் — குடும்பத்திற்கு அதிகம் பங்களிப்பது ஆண்களா? / பெண்களா?

கணவர் பெயர் : .... மனைவி பெயர் : ....
தலைப்பு : .... தலைப்பு : ....
வயது : .... வயது : ....
முகவரி : ....
....
தொலைபேசி எண் : ஈமெயில் :

போட்டி - II கூப்பன் — ஜாடிக்கேத்த மூடி!

கணவர் பெயர் : .... மனைவி பெயர் : ....
தலைப்பு : .... தலைப்பு : ....
வயது : .... வயது : ....
முகவரி : ....
....
....
தொலைபேசி எண் : ஈமெயில் :

போட்டி - III கூப்பன் — என்னில் பாதி

பெயர் முகவரி :
1. ....
2. ....
3. ....
....
தொலைபேசி எண் : ஈமெயில் :

அனைத்து கூப்பன்களும் அனுப்ப கடைசித் தேதி : 10.9.2005

போஸ்ட் கார்டு போட்டி முடிவுகள்

முதல் பரிசு ரூ. 1000/-

"நுனிப்புல் மேயும் மாடு" மாதிரி பிரச்னைகளைத் தள்ளிப் போடுவதில் வல்லவர்கள், ஆண்கள்.

இளமை முதல் முதுமை வரை பிரச்னைகள்தான் எத்தனை பெண்களுக்கு. ஒன்றா? இரண்டா? ஓராயிரம். வீட்டுப் பிரச்னை, வீட்டுக்காரர் பிரச்னை, சமையலறை பிரச்னை, சமையலே பிரச்னை, வேலைக்காரி பிரச்னை, வேலை பார்க்குமிடத்திலும் பிரச்னை. இப்படிப் பலவகைப் பிரச்னைகளை நேருக்கு நேர் சந்தித்து, சமயோசிதமாக செயல்படுவதில் பெண்களுக்கு நிகர் பெண்களே

- ஆர். மீனலதா, மும்பை.

இரண்டாம் பரிசு ரூ.500/-

பிரச்னைகள் பொதுவானது. பலதரப்பட்டவை. இதில் ஆண் என்ன? பெண் என்ன? இருபாலாருக்கும் பிரச்னை உண்டு. வீட்டுப் பிரச்னை இயல்பானது. செய்யாவிட்டால்தான் இருபாலருக்கும் பிரச்னை.

இன்சொல் இருந்தால் இருபாலாருக்கும் பிரச்னைகள் இருக்காது. இருவருக்கும் பொது என்றாலும் நேருக்கு நேர் சந்திப்பவர் ஆண்களே. பெண்கள் நேரிடையாக அணுகாமல் தீர ஆலோசித்து அதை சரியான வழியில் தீர்த்துக் கொள்வர். தண்ணீரா லன்றி வெந்நீரால் பயிர் விளையாது என்ற உண்மையை உணர்ந்தவர்கள் பெண்கள்.

- ஏ.எம். அனுசுயா ஜோதிவேல், சேலம்.



பிரச்சனையை நேருக்கு நேர் சந்திப்பது ஆண்களா? பெண்களா?

மூன்றாம் பரிசு ரூ. 300/-

பிரச்னையை நேருக்கு நேர் சந்திப்பது ஆண்கள்தான்!

'பொன்னாசை, பெண்ணாசை, மண்ணாசை' ஆண்களுக்குத்தான் அதிகம்!

அதனால் ஏற்படும் அல்லது ஏற்படுத்திக் கொள்ளும் பிரச்னைகள் ஏராளம்!

பலவிதத்திலும் ஆண்கள்தான் .அவற்றைப் பலவாறு 'நேருக்கு நேர்' சந்திக்

மங்கையர் சக்தி மகத்தான சக்தி
மங்கையர் மலர் வெள்ளிவிழா

கின்றனர்; கஷ்டப்படுகின்றனர்!

இதில் முக்கியம் என்னவென்றால், அப் பிரச்னைகளைத் தீர்க்க முடியாமல் அல்லது தீர்க்கத் தெரியாமல் வாழ்க்கையையே வெறுத்து விடுகிறார்கள்.

ஆனால்... அப் பிரச்னைகளை அலசி, ஆராய்ந்து அதற்கு 'தீர்வு' காண்பது உறுதியாகப் பெண்கள்தான்! அவற்றிலும் வெற்றியே காண்பதும் பெண்கள்தான்!

- உமா ரவீந்திரன், ஈரோடு.

ஆறுதல் பரிசு ரூ. 200/-

அலுவலகப் பிரச்னைகளையும் வீட்டுக்குக் கொண்டு வருபவர்கள் ஆண்கள். ஆனால், பெண்ணோ அதற்கும் 'கவுன்சிலிங்' செய்து முழு குடும்பத்தையும் திறம்பட சமாளிக்கும் ஒரு சிறந்த வீட்டு நிர்வாகி.

தாய்மை தரும் பக்குவத்துடன் சகிப்புத்தன்மை கலந்து கட்டி பிரச்னைகளின் நுனி பிடித்து அவற்றை 'புதிர் கணக்கு' களாய் பாவித்து விடை தேடும் பாங்கு பெண்ணுக்குக் கைவந்த கலை.

வீட்டிலுள்ள அம்மா, அத்தை, மாமா மற்றும் பெரியவர்களை மதித்து மூத்துக் கனிந்த அவர்தம் அனுபவ ஆலோசனைகளைக் கேட்டு நடக்கும் அவள் ஒரு நவரச நாடகம்!

வித்யா சீனிவாசன், அய்யம்பாளையம்.

ஆறுதல் பரிசு ரூ. 200/-

பிரச்னையை நேருக்கு நேர் சந்திப்பது மட்டுமின்றி அதைத் துணிச்சலாக எதிர்கொண்டு சுமுகமாக முடித்து வைக்கும் கில்லாடிகள் பெண்கள்தான்!

உதாரணமாக அம்பானி குடும்பத்தை எடுத்துக் கொள்ளுங்களேன். எவ்வளவு பெரிய நிறுவனம். சகோதரர்களுக்கிடையே வந்தது சொத்துத் தகராறு, குடுமிப்பிடி சண்டை! ஒரு லட்சம் கோடி ரூபாய் மதிப்புள்ள ரிலையன்ஸ் குழுமத்தின் நிலை என்னாகுமோ என இந்தியாவே பயந்தது! கம்பெனியில் பணம் போட்ட பங்குதாரர்கள், வாடிக்கையாளர்கள், பணியாளர்கள் என பல பேர்களின் எதிர்காலம் என்னாகுமோ என்பதே பெரிய கேள்விக்குறியான பதட்டமான சூழல். அம்பானி சகோதரர்களின் தாய் கோகிலாபென் தலையிட்டு இரு மகன்களுக்கும் சொத்தை அழகாகப் பிரித்துக் கொடுத்து பிரச்னையை சுமுகமாகத் தீர்த்து வைத்து பலரின் வாழ்வில் பால்வார்த்தார்.

- சோனா. மணிமொழி, மயிலாடுதுறை.

மங்கையர் மலர் - வெள்ளி விழா
போஸ்ட் கார்டு போட்டி! - 9

ஒவ்வொரு மாதமும் ஏதாவதொரு தலைப்பில் மினி கட்டுரைப் போட்டி! சிறந்த மூன்று 'போஸ்ட் கார்டு' கட்டுரைகளுக்கு முறையே **முதல் பரிசு, இரண்டாம் பரிசு, மூன்றாம் பரிசு** மேலும் **இரண்டு ஆறுதல் பரிசுகள்** உண்டு.

போட்டி விதிமுறைகள் :

* 50 பைசா போஸ்ட் கார்டில் மட்டுமே எழுத வேண்டும்.
* யார் வேண்டுமானாலும் கலந்து கொள்ளலாம்.
* **கடைசித் தேதி 10.9.2005**
* ஆசிரியர், மங்கையர் மலர், கல்கி பில்டிங்ஸ், 47, ஜவாஹர்லால் நேரு சாலை, ஈக்காடுதாங்கல், சென்னை - 32 என்ற முகவரிக்கு அனுப்ப வேண்டும்.
* ஆசிரியரின் தீர்ப்பே இறுதியானது.

மங்கையர் சக்தி மகத்தான சக்தி
மங்கையர் மலர் வெள்ளிவிழா

அக்டோபர் மாத போட்டித் தலைப்பு :

என் அம்மா!

உங்கள் கருத்தை போஸ்ட் கார்டில் எழுதி அனுப்புங்கள்.



நவராத்திரி வந்தாச்சு!
கொலு 'டிப்ஸ்' 101 ரெடியாயிடுச்சு!
உங்கள் வீட்டில் என்றென்றும் பாதுகாக்க!
அடுத்த தலைமுறைக்கு சொத்தாக!

முத்தான மூன்று புத்தகங்கள்!
அக்டோபர் 2005 நவராத்திரி சிறப்பிதழ்!

தாயாகப் போகும் பெண்ணே! தங்கச்சி கண்ணே!



தாய்மை சம்பந்தமான உன் ஐயங்களை, கேள்விகளை ஒரு 50 பைசா போஸ்ட் கார்டில் எழுதி மங்கையர் மலருக்கு உடனே அனுப்பி விடு. பதில் தர காத்திருக்கிறார் மகப்பேறு மருத்துவர்

டாக்டர். கமலா செல்வராஜ்

வெளிநாட்டு வாசகிகளே உங்கள் கேள்விகளை மங்கையர் மலர் ஈமெயில் முகவரிக்கு அனுப்புங்க.
mangayarmalar@kalkiweekly.com

ஈமெயிலா இருந்தாலும், போஸ்ட் கார்டில் இருந்தாலும் அனைத்தும் வந்து சேர வேண்டிய கடைசி தேதி : 10.9.2005

என்றும் உங்களுடன்

மங்கையர் மலர் வெள்ளி விழா

அக்டோபர் மாத மெகா போட்டி

போத்தீஸ் வழங்கும்

5 நபர்களுக்கு பட்டுப்புடவை

■	1	■	2		3	
4				■		■
■		■		■	■	5
6	■	7	■	8		
	■		■		■	
9				■		■
	■		■	■		■
11		■	12		10	

குறிப்புகள் :

இடமிருந்து வலம் :

2. வீரசிவாஜிக்கு வீரப்பால் ஊட்டிய தாய் (4)
4. 'அம்மா என்று அழைக்காத உயிர் இல்லையே' எனத் தொடங்கும் பாடல் இடம்பெற்ற திரைப்படம் (4)
8. தாய் - சேய் உறவை .... மாத பந்தம் என்பதுண்டு. (3)
9. திருவேற்காடு அன்னை (4)
11. பிரபல ரஷ்ய எழுத்தாளர் மாக்ஸிம் கார்க்கியின் தலைசிறந்த படைப்பு (2)
12. 'ஆசையே அழிவுக்குக் காரணம்' என்றவரை ஆசையுடன் ஈன்றெடுத்தவள் (4)

மேலிருந்து கீழ் :

1. தாயைக் குறிக்கும் இன்னொரு சொல் (3)
2. ஒருவகை உடை அல்லது ஒரு திரைப்படம் அல்லது குணங்களைப் பரம்பரையாக எடுத்துச் செல்பவை (3)
3. அம்மா அளிக்கும் அமுதம் (2)
5. 'அன்னை' என அன்புடன் அழைக்கப்படுபவர் அமரரான இடம் (3)
6. மதர் தெரசாவின் சேவைகளால் அதிகம் பயனடைந்த இந்திய மாநகரம் (5)
7. இந்தத் தெய்வத் தாய்க்கு பெத்லகேமில் பிரசவம் நடைபெற்றது. (4)
8. வைக்கோல் 'குழந்தையை' காட்டினாலும் பால் தரும் (2)

கீழிருந்து மேல் :

10. தெய்வக் குழந்தையைச் சிறையில் ஈன்றெடுத்தவள் (3)

(திருப்புக)

அக்டோபர் மாத மெகா போட்டி

போட்டி விதிமுறைகள் :

- ❑ அனைவரும் கலந்து கொள்ளலாம்.
- ❑ வயது வரம்பு இல்லை.
- ❑ எத்தனை கூப்பன்கள் வேண்டுமானாலும் அனுப்பலாம்.
- ❑ கடைசித் தேதி : 10.9.2005
- ❑ பரிசுகள் அனைத்தும் விதிமுறைகளுக்கு உட்பட்டவை.
- ❑ ஆசிரியர் தீர்ப்பே இறுதியானது.
- ❑ சரியான விடை அளிப்பவர்களிலிருந்து குலுக்கல் முறையில் ஐந்து பேர் பரிசுக்குரியவராகத் தேர்ந்தெடுக்கப்படுவார்.
- ❑ ஆசிரியர், மங்கையர் மலர், 47, ஜவாஹர்லால் நேரு சாலை, ஈக்காடுதாங்கல், சென்னை - 600 032.

பெயர்: ....

வயது: ....

முகவரி: ....

....

....

....

....

தொ.பே. எண்: ....

செப்டெம்பர் மாத மெகா போட்டி முடிவு

பரிசுகளை வழங்குவோர் :





தேஜஸ், சென்னை - 17 வழங்கும்

2,500 ரூபாய் மதிப்புள்ள பரிசு!

மங்கலத் திருவிளக்கு - 5 நபர்களுக்கு!

1. ரம்யா ராகவன், பெங்களூர் - 34.
2. ஆர். விஜயலக்ஷ்மி, சென்னை - 90.
3. நிர்மலா தணிகாசலம், ஹைதராபாத்.
4. என். மாலதி, சென்னை - 42.
5. எஸ். எஸ். காயத்ரி, திருச்சி - 6.

பத்மா



நேர்த்திக் கடன்

அன்று வெள்ளிக்கிழமை. ராஜ கணபதி கோயிலில் வழக்கத்தை விட அதிகமான கூட்டம். தரிசனத்திற்காக வந்திருந்தவர்களின் வரிசை, பிரதான வாசலையும் தாண்டி ரோட்டிலும் நீண்டிருந்தது. பிரவசனம் கேட்க வந்தவர்கள் நெருக்கியடித்துக் கொண்டு உட்கார்ந்திருந்தனர். சந்நிதிக்கு எதிராகப் போட்டிருந்த சிறிய பெஞ்சிற்குப் பக்கத்தில் பெரிய பிரம்பு நாற்காலியில் தன் பெரிய்...ய உடம்பை சிரமப்பட்டுத் திணித்து உட்கார்ந்திருந்தார் பிரதம அர்ச்சகர். பெஞ்சின் மீது சோழிகளும் நிறைய புத்தகங்களும் இருந்தன. பள்ளி கல்லூரி திறக்கும் சமயம். பிள்ளை யாருக்கு ஏகப்பட்ட அப்பாயிண்ட்மெண்ட். வந்திருந்தவர்களில் முக்கால் வாசிப் பேர் முகத்திலும் அட்மிஷன்

டென்ஷன்.

'பிரச்னை வரும்போதுதான் உங்களுக்கெல்லாம் என் ஞாபகம் வருகிறது' என்கிற மாதிரி நமுட்டுச் சிரிப்புடன் பெயருக்கேற்றபடி அலங்காரத்துடன் கம்பீரமாக எல்லாவற்றையும் பார்த்தபடி உட்கார்ந்திருந்தார் ராஜ கணபதி.

நானும் ஒரு பிரார்த்தனையை நிறைவேற்றத்தான் வந்திருக்கிறேன். என் மகனுக்கு அவன் நினைத்த பிரிவில் இடம் கிடைத்து விட்டது. நேர்த்திக் கடன் ஆயிரத்து ஒரு ரூபாயை உண்டியலில் சேர்க்க வேண்டும். "ஃப்ரண்ட்ஸுக்குப் பார்ட்டி கொடுக்கணும். நீங்களே உண்டியல்ல போட்டுடுங்கப்பா'' என்று சொல்லி விட்டு நேற்று வரை கோவிலே கதியென்று சுற்றியவன் இன்று பார்ட்டிக்கு ஓடி விட்டான். மகனுக்கு இடம் கிடைத்த மகிழ்ச்சியை நண்பிகளிடம் பகிர்ந்து கொள்ளவே நேரம் சரியாகிப் போனதால் மனைவியும் நேர்த்திக் கடனை செலுத்தும் பொறுப்பை என்னிடம் ஒப்படைத்து விட்டாள். "உங்களுக்குத்தான் ராஜ கணபதியை தினமும் பார்த்து 'ஹலோ' சொல்லாவிட்டால் தூக்கம் வராதே. அதனால் உங்கள் கையாலேயே உண்டியலில் போட்டு விடுங்கள்'' கொசுறாகக் கமெண்டும் அடித்தாள்.

கூட்டம் குறையட்டும் என்று பிரகாரத்தில் உட்கார்ந்தபோதுதான் அந்தச் சிறுவனையும், அவன் அம்மாவையும் பார்த்தேன். உடம்பும் உடையும் ஏழ்மை நிலையை தெளிவாகக் காட்டின. முகத்தில் சோர்வும், சோகமும் அப்பியிருந்தது.

"அம்மா அழாதேம்மா. இந்த வருஷம் போனால் பரவாயில்லை. தினமும் காலையில நேரத்தோடு எழுந்திருச்சி நாலு தெரு அதிகம் சுத்தி கீரை விக்கறேன். மத்தியானம் பிடி சுத்தப் போறேன். காசு சேர்த்துடும். அடுத்த வருஷம் பள்ளிக்கூடத்துல

சேர்ந்துக்கறேன். காசு கிடைக்கணும் தானே கணபதி கோயிலைத் தினமும் 101 தடவை சுத்தறதா வேண்டிக்கிட்டே. இன்னிக்கு மயக்கம் போட்டு விழுந்ததிலே ஏதாவது ஆகியிருந்தா நான் அனாதை பாயிடுவேன்மா" அம்மாவை பிள்ளைத் தேற்றினான்.

விசாரித்தேன். நிறைய மார்க் வாங்கி நல்ல பள்ளியொன்றில் இடம் கிடைத்து சேர்ந்திருக்கிறான். வகுப்புக் கட்டணத்தில் பாதியை யாரோ ஏற்றுக் கொண்டிருக்கிறார்கள். புத்தகம் வாங்க ஆயிரம் ரூபாய் திரட்ட முடியவில்லை. நேர்ந்து கொண்டு தாயார் கணபதி கோயிலை சுற்றியிருக்கிறாள்.

சிறிதும் யோசிக்காமல் உண்டியலில் சேர்ப்பதற்காகக் கொண்டு வந்த ஆயிரத்தொன்றையும் அவனிடம் கொடுத்து பையனைத் தட்டிக் கொடுத்து மீதி பாதிப் பணத்தை என்னிடம் வந்து வாங்கிக் கொள்ளும்படி விலாசமும் கொடுத்தேன். அதிர்ச்சியோடு பார்த்தாள். மாதம் நூறு ரூபாயாகத் திருப்பித் தந்து விடுவதாகச் சொன்னவளைத் தடுத்து, இதுவும் நேர்த்திக் கடன்தான் என்றேன். "கணபதி சாமி காப்பாத்திடுச்சய்யா'' என்று தலைக்கு மேல் கைகூப்பினாள்.

பிரகாரத்தில் பிரவசனம் செய்தவர் 'மானுட சேவையே மாதவ சேவை' என்று உரக்கச் சொன்னது எனக்கே சொல்லப்பட்டதாக உணர்ந்தேன்.

தரிசனத்தின் போது 'நான் செய்தது சரிதானா?' என்று கேட்பது போல் கணபதியைப் பார்த்தேன். 'நான்தானே உன்னைச் செய்ய வைத்தது' என்பது போல் அதே நமுட்டுச் சிரிப்புடன் கிரீடத்திலிருந்து ரோஜா மலரைக் கீழே நழுவ விட்டார். ❑



பஞ்சாமிர்தம்

பாகீரதி - வயது 96,
ஸ்வர்ணம் - வயது 76
கலாவதி - வயது 54
ப்ரியதர்ஷினி - வயது 28,
அரவிந்த் - 5 மாதம்

குழந்தைகளின் குறும்பு!

Parry's Pure Moments Contest

பெங்களூரில் நடந்த வெள்ளி விழாவில் பாரீஸ் ப்யூர் ஷுகர் நிறுவனம் 'குழந்தைகளின் குறும்பு.' :- 'பாரீஸ் ப்யூர் ரீபைண்டு சர்க்கரை போல இனிக்கும், தூய்மையான அந்தக் குழந்தைகளின் குறும்பை, நீங்கள் ரசித்தவற்றை எழுதுங்கள்' என்று திடீர்ப் போட்டியை அறிவிக்க பெங்களூர் வாசகிகள் அங்கேயே போட்டி போட்டுக் கொண்டு எழுதிக் குவித்து விட்டார்கள். இதிலிருந்து ஐந்து வாசகிகளை தேர்வு செய்து பாரீஸ் நிறுவனம் ரூ. 1000/- பண முடிப்பைப் பரிசாக வழங்கியது. அந்த ஐந்து வாசகிகள் ரசித்த குழந்தைகளின் குறும்பிலிருந்து சில :



ஒருமுறை மாலை உணவுக்கென்று கேக்கும், இனிப்பும் வாங்கி டைனிங்டேபிளில் அமர்ந்து சாப்பிட ஆரம்பிக்கும் சமயம் எதிர்பாராத விதமாக பக்கத்து வீட்டுப் பெண்மணி வந்து விட்டார். உடனே டைனிங்டேபிளிலிருந்து ஸ்வீட்ஸ்களை அப்புறப்படுத்தி அவர்களை வரவேற்றுப் பேசினோம். நீண்ட நேரம் பேசிய அவர்கள் என் மகளிடம் திரும்பி, "ஏன் கோபமாக இருக்கிறாய்?" என்று கேட்டதற்கு அவள் உடனே, "நீங்கள் சீக்கிரமாக கிளம்பினால்தானே அம்மா எனக்கு கேக்கும், இனிப்பும் தருவாள்" என்று கூற எங்களுக்கு தர்ம சங்கடமாகப் போய் விட்டது.

- வரலட்சுமி மோகன்.

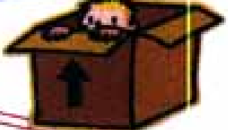
எனது அண்ணன் மகள் காலையில் எழுந்தவுடன் வயிறு வலிக்கிறது என்று சொல்ல, நான், "வயிறு காலியாக இருக்கிறது அதனால்தான் வலிக்கின்றது" என்றேன். ஒருநாள் எனது அண்ணி தலைவலிக்கிறது என்றதற்கு உடனே அவள், "அம்மாவுக்கு மண்டை காலியாக இருக்கிறது. அதனால்தான் தலைவலிக்கிறது" என்றாளே பார்க்கலாம்.

- பி. சுஜாதா.



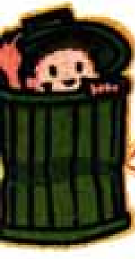
என் மகள் சிறு வயதில் 1 முதல் 30 வரை சரியாக எழுதுவாள். அத்துடன் நிறுத்தி விடுவாள். "ஏன்?" என்றால், "காலண்டரில் அவ்வளவுதானே இருக்கிறது" என்பாள்.

- பத்மா கிருஷ்ணகுமார்.



என்னோட பேரன் ஒருநாள் ராத்திரி "தூக்கம் வரவில்லை" என்றான். நான், "கண்ணை மூடிக்க தூக்கம் வரும்" என்றேன். அதற்கு அவன், "நான் கண்ணை மூடிக் கொண்டால் தூக்கம் வருவது எப்படித் தெரியும்?" என்றான்.

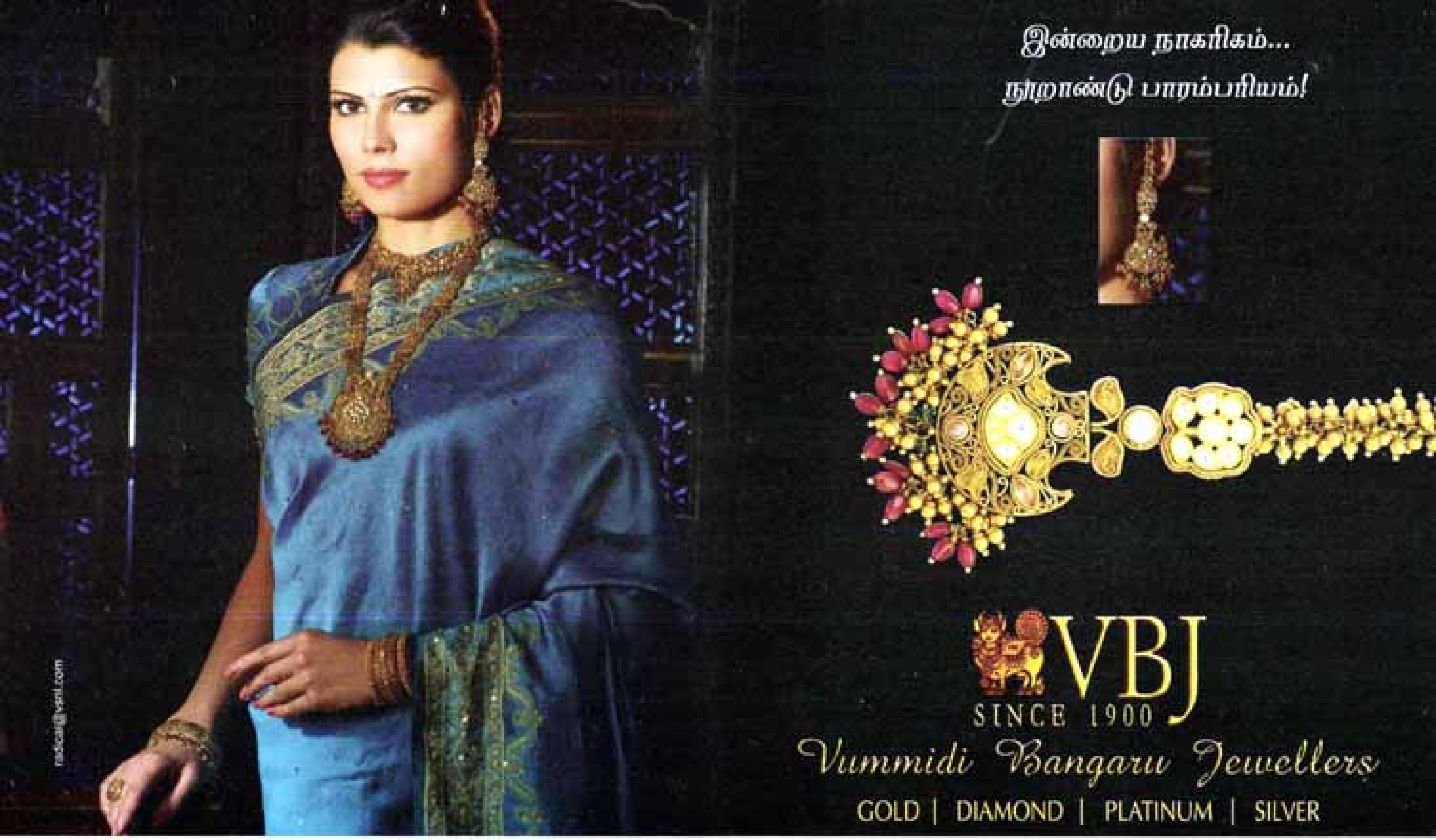
- சசிகலா.



என் பேத்தி ஒருநாள் வாசற்படி மேல் உட்கார்ந்திருந்தாள். "உட்காராதே காவ்யா, வாசற்படி சாமி" என்றதும், "நான் சாமி மடி மேல் உட்கார்ந்திருக்கிறேன்" என்றாள் டக்கென்று.

- தமிழ்மணி.



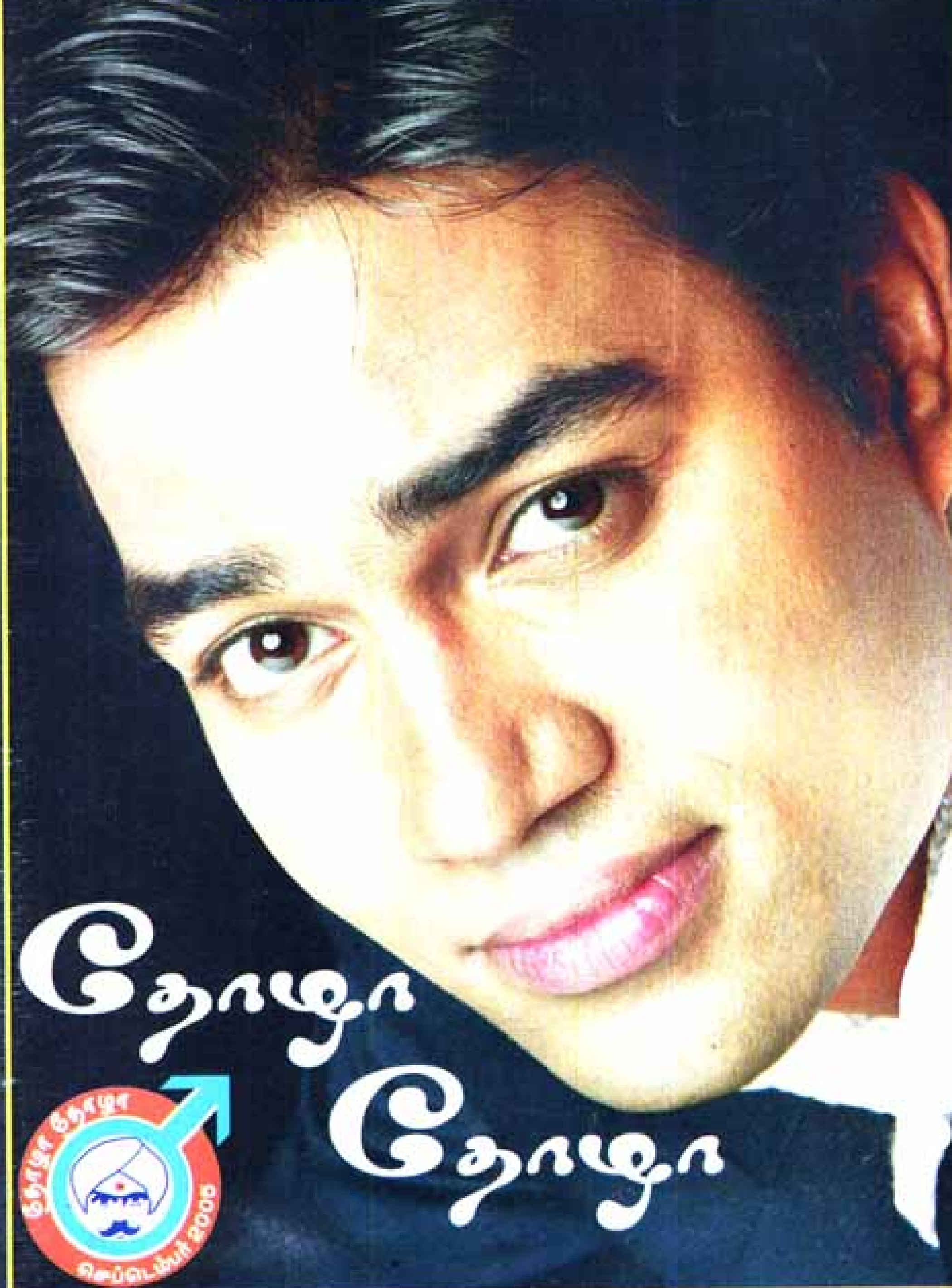

இன்றைய நாகரிகம்...
நூற்றாண்டு பாரம்பரியம்!
VBJ
SINCE 1900
Vummidi Bangaru Jewellers
GOLD | DIAMOND | PLATINUM | SILVER
radical@vsnl.com


பட்டிழைகளால் ஓர் அதிசயம்...
மணமகள் அழகின் இரகசியம்!
விவாஹா கல்யாணப் பட்டுகள், தி சென்னை சில்க்ஸின் முத்திரைப் படைப்பு.
கலையும் நயமும் பின்னிப் பிணைந்த அற்புதச் சிறப்பு.
விவாஹா-மங்கல மங்கையர்க்கு எங்கள் அர்ப்பணிப்பு.
விவாஹா
பட்டு
தி சென்னை சில்க்ஸ்
தமிழகத்தின் மாபெரும் ஜவுளி சாம்ராஜ்யம்
23, உஸ்மான் ரோடு, தி.நகர், சென்னை - 17. ✆: 24310888
556-560, ஒப்பணக்கார வீதி, கோயமுத்தூர் - 1. ✆: 2391555
74, புது மார்க்கெட் வீதி, திருப்பூர் - 4. ✆: 2242888, 5338888
65-A, R.K.V. ரோடு, ஈரோடு - 1. ✆: 2213270
10, W.B. ரோடு, திருச்சி-2. ✆: 2708888
Shop online at www.thechennaisilks.com

என்றும் உங்களுடன்

மங்கையர் மலர்

பெட்டகம் 2 செப்டெம்பர் 2005





கெட்டி மேளம்
கலெக்ஷன்ஸ்
தரமான பட்டு
அதன் மேல் ஜரிகையின்
விளையாட்டு
எண்ணற்ற வண்ணங்கள்
நீங்கள் நினைக்கும்
விலையில்...
உழைப்பு
உண்மை
உயர்வு
75, உஸ்மான் ரோடு
ரங்கநாதன் தெரு எதிரில்
தி.நகர், சென்னை-600 017
சரவணா செல்வரத்னம்
டெக்ஸ்டைல்ஸ்
பட்டுச் சேலைகள், டிசைனர் சேலைகள், ரெடிமேட் ஆடைகள், சுடிதார் மெட்டீரியல் மற்றும் பல...

கை வேலை

தேவையான பொருள்கள் :

பெவிகால்
எக்ஸ்ரே ஃபிலிம் - 1,
கார்பன் பேப்பர் - 1,
காட்போட் அட்டை - 1 (காலண்டர் சைஸ்),
வெள்ளைத் துணி - 1,
ஃபேப்ரிக் பெயிண்ட்
ஜிகினாத் தூள்,
கத்தரிக்கோல்



செய்முறை :

எக்ஸ்ரே ஃபிலிமை இரண்டு நாட்கள் நீரில் ஊறவைத்தால் நன்றாக வெள்ளையாக வந்து விடும். தேவையான படம் (உ.ம்) பிள்ளையார் படம் ஆலிலைப் பிள்ளையாரை எக்ஸ்ரே ஃபிலிமில் டிரேஸ் எடுக்கவும். கத்தரியினால் இலை வடிவம் கொடுத்து கத்தரித்துக் கொள்ளவும். காட்போட்

எக்ஸ்ரே ஃபிலிமில் எழில் ஓவியம் - II

அட்டையில் வெள்ளை மல் துணியை ஃபெவிகால் கொண்டு ஒட்டிக் கொள்ளவும். வெட்டிய எக்ஸ்ரே ஃபிலிம் பிள்ளையாரை ஃபெவிகால் கொண்டு துணியின் மேல் ஒட்டவும். அரை மணி நேரம் காயவிடவும்.

பின் பச்சைக் கலர் ஃபேப்ரிக் பெயிண்டை பிள்ளையாரின் ஒவ்வொரு பாகமாக பெயிண்ட் செய்யவும். (உ.ம்.) காதில் பெயிண்ட் செய்தவுடன் காயும் முன் பச்சை ஜிகினா பவுடரை இலேசாகத் தூவி விடவும். காய்ந்ததும், நன்றாக ஒட்டிக் கொள்ளும். பிள்ளையார் முழுவதும் பெயிண்ட் செய்து ஜிகினா தூவினால் தகதக என ஜொலிக்கும் பிள்ளையார் ரெடி. கறுப்பு பேப்ரிக் பெயிண்டினால் கண்கள், இமை வரையவும். பிள்ளையார் முழுவதும் கறுப்பு அவுட்லைன் கொடுக்கவும்.

பின், கிரீடத்துக்குத் தேவையான கலர் பெயிண்டினால் டிசைன் வரையவும். நகைக்கு சமிக்கி கொண்டு மாலையாக ஒட்டலாம். சிறிய சில்வர் சமிக்கியினால் பிள்ளையார் அவுட்லைன் முழுவதுமாக ஓரத்தில் ஒட்டினால் எடுப்பாக இருக்கும். இலையில் வரும் நரம்பு கோடுகளுக்கு வெள்ளை பெயிண்டினால் கோடுகள் மெலிதாக இழுத்து விட்டால் ஆலிலைப் பிள்ளையார் ரெடி.

- சீதாலெக்ஷ்மி.

மங்கையர் சக்தி மகத்தான சக்தி
மங்கையர் மலர் வெள்ளிவிழா

ANNAMALAI UNIVERSITY

DIRECTORATE OF DISTANCE EDUCATION

ANNAMALAI NAGAR - 608 002. Ph: 04144-238610 / 237160 Fax : 04144-238987 E-mail : audde-diroff@yahoo.co.in

ADMISSION NOTIFICATION - ACADEMIC YEAR - 2005 - 2006

Information Technology Courses Offered

Post Graduate Programmes

1. M.C.A. (Master of Computer Application) - 3 years
2. M.Sc. Information Technology
3. M.Sc. Software Engineering
4. M.Sc. Computer Science
5. M.Sc. Bio-Informatics (PCP only at Annamalai Nagar)
6. M.Com. Computer Application

(2 - 6: 2 years)

7. P.G.Dip. in Computer Application - 1 year
8. P.G.Dip in Library Automation and Networking-1year

Under Graduate Programmes : 3 years (Regular / Open University System)

1. B.C.A.
2. B.Sc. Computer Science
3. B.Sc. Information Technology
4. B.Sc. Visual Communication
5. B.Com. Computer Application
6. B.B.A. Computer Application
7. B.Sc. Maths with Computer Application

(1 - 7: 3 years)

8. Dual Degree System - 2 degrees in 4 years (Regular Stream only)
9. Double Degree System - 1 year (Regular Stream only)

Lateral Entry Scheme for the following courses for PGDCA, PGDIT, DOEACC & MBA System holders

1. M.Sc. Computer Science
2. M.Sc. Software Engineering
3. M.Sc. Information Technology

(1 year)

Lateral Entry Scheme for MCA

1. M.B.A System holders can join 3rd year of MCA
2. PGDCA, PGDIT, DOEACC & BCA holders can join 2nd Year of MCA

Lateral Entry options for PG / UG Programmes

1. M.C.A.
2. M.Sc. Computer Science
3. M.Sc. Software Engineering
4. M.Sc. Information Technology
5. B.C.A.
6. B.Sc. Computer Science
7. B.Sc. Information Technology
8. B.Sc. Visual Communication

Eligibility : Students who have completed 1st/2nd year of the above courses from other Universities are also eligible to join 2nd/3rd year of the respective UG/PG Programmes. Similarly, the candidates who have completed 3 year Diploma after +2 are eligible to join 2nd year UG Programs.

Annamalai University, DDE, Computer Training Centres will Conduct Compulsory PCP Classes and ComputerLab Training all over Tamilnadu & India

HMH EDUCATION CONSULTANTS (CHENNAI)

The National Co-ordinator, Annamalai Univeristy - IT Programmes

Ph : 91-44-28518241, 28518242 Fax : 28518240 E-mail :hmhec@vsnl.net Website : hmhec.in

Annamalai University Computer Training Centres

Chennai : ✆ : 28261190 ; Chidambaram : ✆ : 238856 ; Coimbatore : ✆ : 2498557, 2492559 ; Erode : ✆ : 2269990 ; Hosur : ✆ : 242985 ; Kanchipuram : ✆ : 220333 ; Karaikudi : ✆ : 238081 ; Krishnagiri : ✆ : 238583 ; Madurai : ✆ : 5383003 ; Mayiladuthurai : ✆ : 243440 ; Nagercoil : ✆ : 228015 ; Namakkal : ✆ : 226141 ; Ooty : ✆ : 2445915 ; Pondicherry : ✆ : 2205253 ; Salem : ✆ : 2253805 ; Tanjore : ✆ : 570140 ; Thiruvannamalai : ✆ : 227583 ; Thiruvarur : : 242972 ; Thirunelveli : ✆ : 2331523, 2336488 ; Tirupur : ✆ : 5324999, 2206244 ; Trichy : ✆ : 2705876, 2717344 Tuticorin : ✆ : 2376289 ; Vellore : ✆ : 2243564, 2242439 ; Villupuram : ✆ : 250605 ; Cochin : ✆ : 2382109 ; Nileshwaram : ✆ : 2282764, 2280010 ; Kannur : ✆ : 2203355 ; Thiruvananthapuram : ✆ : 2574996 ; Thrissur : ✆ : 2826364, 2826365 ; Kottayam : ✆ : 2301932, 2564961 ; Calicut : ✆ : 2306678 ; Bangalore : ✆ : 26606645 ; Hyderabad : ✆ : 23205738, 23205739 ; Vishakapatnam : ✆ : 2760805 ; Vijayawada : ✆ : 5514911, 5524911 ; Guntur : ✆ : 5532180, 2237923 ; Mumbai : ✆ : 56052318 ; Jaipur : ✆ : 2701041, 2708039 ; Kota : ✆ : 2708039 ; New Delhi : ✆ : 51668165, 51668164 ; Kolkata : ✆ : 22178303, 22178305 ; Dhanbad : ✆ : 2223455 ; Ranchi : ✆ : 3096070 ; Andaman : ✆ : 237977 ; Guwhati : ✆ : 2457092

Annamalai University Study Centres

Annamalainagar : ✆ : 238610, 237160 ; Chennai-Egmore : ✆ : 28555010, 28554003 ; Chennai - Chrompet : ✆ : 22388035 ; Chennai-Ambattur : ✆ : 26572169 ; Chennai - Thiruvanmiyur : ✆ : 24490488 ; Chengalpattu : ✆ : 223878 ; Ariyalur : ✆ : 220592 ; Coimbatore : ✆ : 2234406 ; Coimbatore-Singanallur : ✆ : 2594245 ; Dharmapuri : ✆ : 270234 ; Dindigul : ✆ : 2424211 ; Erode : ✆ : 2214787 ; Hosur : ✆ : 241254 ; Kancheepuram : ✆ : 235950 ; Kannur : ✆ : 2703387 ; Karaikal : ✆ : 221233 ; Karaikudi : ✆ : 226417 ; Karur : ✆ : 231567 ; Krishnagiri : ✆ : 238373 ; Madurai : ✆ : 2628327 ; Mettur : ✆ : 245777 ; Nagercoil : ✆ : 230561 ; Namakkal : ✆ : 233677 ; Ooty : ✆ : 2444414 ; Pondicherry : ✆ : 2202000 ; Pudukottai : ✆ : 224824 ; Salem : ✆ : 2451666 ; Salem - Five Road Junction : ✆ : 2332094 ; Sivakasi : ✆ : 220050 , Tanjore : ✆ : 278986 ; Theni : ✆ : 265420 ; Thiruvannamalai : ✆ : 222687 ; Thiruvarur : ✆ : 244221 ; Tirunelveli : ✆ : 2331288 ; Trichy : ✆ : 2741950 ; Tuticorin : ✆ : 2326668 ; Vellore : ✆ : 2227647 ; Villupuram : ✆ : 226550 ; Alleppey : ✆ : 2230789 ; Bangalore : ✆ : 26564926 ; Calicut : ✆ : 2744877 ; Chandigarh : ✆ : 2612822 ; Cochin : ✆ : 2226436 ; Ernakulam : ✆ : 2376103 ; Hyderabad : ✆ : 27661166 ; Jaipur : ✆ : 2722484 ; Kolkata : ✆ : 24667215 ; Lucknow : ✆ : 2343230 ; Mumbai : ✆ : 55550339 ; New Delhi : ✆ : 29958082, 29957638 , Quilon : ✆ : 2794105 ; Thiruvananthapuram : ✆ : 2325141 ; Tirupathi : ✆ : 2260374 ; Thrissur : ✆ : 2321659 ; Vijayawada : ✆ : 2555755 ; Visakhapatnam : ✆ : 2540166

Dr.M.RATHINASABAPATHY, Registrar | **Dr. S.B. NAGESWARA RAO, Director, DDE**

குறையொன்றுமில்லை!

கற்பனை, ஓவியம் :
ஸ்ரீகாந்த்

''உங்க ரேஷன் கார்டில் பல பிழைகள் இருக்கப்பா!''
''எவ்வளவு பிழை இருக்கோ அவ்வளவு குறைச்சுகண்டு மீதிக்கு ரேஷன் போடுங்க ப்ளீஸ்!''



''எனக்கு 18 உனக்கு 20...''
''இன்னிக்கு டீவில அதுவா படம்?''
''இல்ல... ரேஷன் கார்டுல போட்டிருக்குற நம்ம வயசு!''





''உம் மேல சத்தியமா சொல்றேன்... அதுல இருக்கற பாமா, மத்த பசங்க... அவ யாருன்னே எனக்குத் தெரியாது. யார் வீட்டு ரேஷன் கார்டையோ எம் பேர்ல கொடுத்து இருக்காங்க.. என்னை நம்பு!''

''எம்மா! கண்ணு தெரியாதுன்னு சொன்னே! இது ரேஷன் அரிசிதான்னு எப்படிக் கரெக்டா கண்டுபிடிச்சே?''



''சர்க்கரை இல்லேன்னுட்டா...''
''வெரிகுட்! நல்ல நியூஸ்! இனி பயப்பட வேண்டாம்...''
''ஐய்யோ! நம்ம புது ரேஷன் கார்டுல சர்க்கரை நமக்கு இல்லேன்னு போட்டிருக்கான்னு சொன்னேன்!''



''பிழை... அது இதுன்னு சொன்னே! எல்லாம் கரெக்டாத்தானே இருக்கு?''
''முதல்ல உங்க கண்ணாடியைப் போட்டுக்கோங்க! அது பழைய கார்டு... இதப் பாருங்க, இதுதான் புதுசு!''





அழகுக்கலை நிபுணர்
வசுந்தரா

ஆண்களே கவனியுங்கள்...
வழுக்கை வந்தாச்சு!



'அழகு என்பது பெண்களுக்கு மட்டும்தானா? எங்களுக்கில்லையா? சருமப் பிரச்னைகளும் முடிப் பிரச்னைகளும் எங்களுக்கும்தான் உண்டு!' என்று பல ஆண்கள் கேட்கின்றனர்.

முடிப் பிரச்னையும் ஆண்களில் அதிக பட்சம் பேருக்குப் பொதுவானது. சாதாரணமாக ஏற்படும் முடி உதிர்வு என்பது வழுக்கையில் போய் முடியும். இதற்குப் பல முக்கியக் காரணங்கள் உண்டு.

1. பரம்பரை,
2. கவலை,
3. டென்ஷன்/ஸ்டெரஸ்
4. மாசுபட்ட காற்று, நீர்
5. உப்பு அதிகம் உள்ள நீரில் தலை குளிப்பது.

மேற்சொன்ன காரணங்களினால்தான் பெண்களை விட ஆண்கள் வேகமாக முடியை இழக்கின்றனர். முடி உதிர்வில் 'மேல் பேட்டர்ன் பால்ட்நெஸ்' ஒரு வகையானது. இது எதனால் என்றால் முடி உதிரும் வேகம் அதிகமாக இருக்கும். அதே சமயம் அது வளரும் வேகம் குறைவு. இதற்கு முக்கியக் காரணம் பரம்பரைதான்.

அதே போல சமச்சீர் உணவு என்பது எப்போதும் நினைவில் கொள்ள வேண்டிய ஒன்று. தேவையான இரும்பு, புரதம், சுண்ணாம்பு போன்ற சத்துக்கள் முறையாக உடம்பில் சேர வேண்டும். இதற்குக் கீரை வகைகள், பச்சைக் காய்கறிகள், பழங்களை உணவில் தவறாமல் அன்றாடம் சேர்த்துக் கொள்ளுதல் அவசியமாகிறது.

எண்ணெய்க் குளியல் என்பது ஒரு காலத்தில் எல்லோருமே செய்து வந்த ஒன்று. அதிலும் ஆண்கள் புதன் - சனிக் கிழமைகளில் தவறாமல் மேற்கொண்டார்கள். ஆனால், இன்று அது மறந்தே போன ஒன்றாகி விட்டது. எண்ணெய்க் குளியல் ஒரு வகையில் தலைக்கும் முடிக்கும் குளுமையைக் கொடுக்கிறது.

தலைமுடி ''புஷ்ஷி''யாக இருக்க வேண்டுமென்ற எண்ணத்

எண்ணெய் முகம் ...





துடன் எண்ணெயே தடவாமல் விடுவது, தரமில்லாத 'டை'களைப் பயன்படுத்துவது, ஈரத் தலைமுடியை அழுத்தி வாருவது ஆகிய காரணங்களாலும் முடி உதிர்வு ஏற்படும்.

மெலசிஸ்சியா என்னும் பாக்டீரியா தான் பொடுகு ஏற்பட மிக முக்கியக் காரணம். பி.ஓவேலே என்னும் இன்னொரு வகை பாக்டீரியா பொடுகை வேகமாகப் பரவச் செய்கிறது. வியர்வை, உடல் வெப்பம், எண்ணெய்ப் பசை ஆகியவை அதிகரிக்கும் பொழுது பொடுகுப் பிரச்னையும் அதிகரிக்கிறது. பொதுவாக முடியைச் சுத்தமாகப் பராமரித்தாலே பொடுகுப் பிரச்னை வராது!

"ஆன்டிடேன்ட்ரஃப்" ஷாம்பூ வகைகளில் சல்ஃபர் கலந்திருப்பதால் பாக்டீரியாவை பர ாது தடுக்கும்.

பார்லர்களில் தரப்படும் ஹை ஃப்ரீக்வென்ஸி -ஓசோன் கதிர்கள் கிருமிகளை அழிக்கிறது. பொடுகுத் தொல்லை தீர வழி ஏற்படுகிறது. 'ஸ்பா' ட்ரீட்மென்ட்டும் மிகவும் பலன் தரக்கூடியது. 'மஸாஜ்' வித்தியாசமாக இருக்கும். இதில் போடப்படும் 'சீரம்' பொடுகுப் பிரச்னைக்குக் காரணமாக இருக்கும் பாக்டீரியாவை முழுமையாக நீக்கும். பொடுகை நீக்கக் கூடிய 'ஃப்ளுயிட்' இப்பொழுது கடைகளில் கிடைக்கிறது. இதைத் தலைமுடியில் தடவிக் கொண்டு அப்படியே வெளியில் செல்லலாம். இதில் அரோமா எண்ணெய் கலக்கப்பட்டுள்ளது. தினமும் தலைக்குக் குளிக்க முடியாத ஆண்களுக்கு இது ஒரு வரப்பிரசாதம். (இதில் பெப்பர் மின்ட், ரோஸ்மெரி, யூகலிப்டஸ் ஆகிய எண்ணெய்கள் உள்ளன).

நரைமுடி பிரச்னை இப்பொழுதெல்லாம் இளம் வயதிலேயே தோன்ற ஆரம்பித்து விட்ட பெரும் பிரச்னை. அப்படி ஒரு பிரச்னையால் பாதிக்கப்பட்டவர்கள் அமோனியா கலக்காத "ஹேர் கலரிங்" பயன்படுத்தி 'டை' செய்து கொள்ளலாம். ஆனால் ஹென்னா எல்லோருடைய தலைமுடிக்கும் ஒத்துப் போவதில்லை. சுருட்டை மற்றும் அலை போன்ற தலைமுடி உள்ளவர்களுக்கு ஹென்னாவினால் பாதிப்பு ஏற்படும். இவற்றை பார்லரில் போட்டுக் கொள்வது தான் நல்லது.

'மரு' - இதுவும் ஆண்களை அதிகமாகப் பாதிப்பதைப் பார்க்கிறோம். உடம்பில் 'யூரிக் ஆஸிட்' அதிகமாவதும், பரம்பரையும், அதிகமான வியர்வையும், வியர்வைத் துளைகள் அடைபடுவதாலும் ஏற்படும் ஒரு வகை தொற்று இது. இவைகள் சிறியதாக இருக்கும்போதே "காட்டரைசேஷன்" மூலம் அகற்றி விடலாம். வளரவிடுவதால் எடுப்பதும் கடினம். பரவு

வதும் வேகமாகி விடும், வலியும் இருக்கும்.

வியர்வையை அழுத்தமாக, சொர சொரப்பான கர்சீஃபால் துடைத்தெடுப்பது பிக்மென்டேஷனை உண்டாக்க முக்கியக் காரணமாகிறது. தவிர, வெயிலில் மற்றும் மாசுபட்ட காற்றில் முறையான பாதுகாப்பின்றிச் செல்வதும் இந்தப் பாதிப்பு ஏற்படக் காரணங்களாகும்.

வறண்ட சருமத்தின் வறட்சி மாற 'ஆலிவ்' ஆயிலுடன் சம அளவு இளநீர் கலந்து முகம் மற்றும் உடல் முழுவதும் தடவி நன்கு மஸாஜ் செய்து கடலை மாவு தேய்த்து வெதுவெதுப்பான நீரில் குளிக்கலாம்.

வெயிலில் செல்லும் போது கண்டிப்பாக சன் ஸ்கிரீன் லோஷன் பயன்படுத்துதல் அவசியம்.

குளிர்ந்த நீரில் முகம் கழுவ நிறம் கூடும்.

இறந்த செல்களை சருமத்திலிருந்து அகற்றினால், சருமம் பளபளக்கும். அதற்குத் தேவை 'ஸ்கரப்'. வீட்டிலேயே செய்யக்கூடிய எளிய 'ஸ்கரப்' தயாரிப்போமா?

பயற்றமாவு - 100 கிராம்,

வேப்பிலைப் பொடி - 100 கிராம் (வேப்பிலை காய வைத்து பொடி செய்தது),

சுத்தமான சந்தனப் பொடி - 25 கிராம்.

இவை மூன்றையும் நன்கு கலந்து அதைக் குளிக்கும் போது தேய்த்துக் கொள்ள பயன்படுத்தி வர, இறந்த செல்கள் நீங்குவதுடன் வியர்வை நாற்றமும் போகும்; புத்துணர்ச்சியும் ஏற்படும்.





நிறம் மேம்பட விரும்புவோர்களுக்கு இதோ ஒரு எளிய சிகிச்சை :

தக்காளிச் சாறு - 1 பழச்சாறு

அதிமதுரச் சாறு - 1 டீஸ்பூன், (ஊறவைத்து எடுத்தது)

எலுமிச்சைச் சாறு - 4 -8 துளிகள்,

முல்தானிமிட்டி பொடி - 2 டீஸ்பூன்.

இவைகளை கலந்து, அதில் ஒரு ஐஸ் க்யூப் சேர்த்து முகம் மற்றும் கழுத்தில் 'பேக்' ஆகப் போடலாம். ஐஸ் க்யூப் எலுமிச்சையின் விறுவிறுப்பைக் குறைக்க உதவும். அரை மணி நேரம் ஊறிய பிறகு

வெண்ணையாய் மாறிப்போச்சு!



அன்பு வட்டம்



ரேவதி சங்கரன்

தங்கம், சென்னை - 61.

வீட்டில் செய்யும் வழிபாடு கோயிலுக்குச் சென்று வழிபடுதல் அதிக புண்ணியம் எதில் கிடைக்கும்? (55 வயதுப் பெண்மணி தங்களிடம் கேட்கச் சொன்ன கேள்வி)

வீட்டில் வழிபடுவது கோயிலில் வழி படுவது எல்லாவற்றிற்கும் கிடைக்கும் பலன் ஒன்றுதான். கோயிலில் முறைப்படி இயந்திரங்களோடு அமைக்கப்பட்ட இறையுருவங்கள் வேத ஆகமப்படிப் பூசிக்கப்படுவதால் அங்குள்ள அதிர்வலைகள் நன்மை தரும் என்பது தான் உண்மை. இறைவன் எங்கும் உள்ள ஓர் சக்தி. அதனை இயற்கை என்பர். பலர், மனமே கோயிலாக அதில் உருவமே இல்லாத இறைவனை வழிபட்டு முக்திநிலை பெற்றதாகவும் சொல்வார்கள். முடிந்தால் முன்னோர்கள் வணங்கிய கோயில்களுக்குச் செல்லலாம். பிறர் உதவியுடன்தான் அது சாத்தியம் என்றால் அவரவர் வீட்டிலிருந்தே வழிபடுவது (நமக்கும் சார்ந்திருப்போருக்கும்) அமைதியைத் தரும்.

எஸ். பாரதி, கோமதிபுரம்.

ஒரு மந்திரத்தை (காயத்ரி மந்திரம்..) ஒரு முறை சொன்னால் போதாதா? ஏன் பலமுறை சொல்கிறார்கள்?

நாம் உயிர் வாழ ஒருநாளைக்கு 21600 முறை மூச்சு விடுகிறோம் எனும் போது உலகுக்கு நன்மை செய்யக்கூடிய பிரார்த்தனைகளை ஒருமுறை செய்தால் போதுமா என்ற கேள்வி எழலாமா? "ஒருமுறை வேதம் ஒலித்தால் அது ஒரு பாதுகாப்புக் கவசமாக உலகினைச் சூழும். இன்றைய உலகில் தீமைகள் ஒழிந்து நன்மையே பெருக வேண்டுமானால் எத்தனை முறை வேதம் ஒலிக்க வேண்டும் என்பதை எண்ணிப் பாருங்கள். வெளிநாட்டவர் ஓதனையும், நெய்யால் செய்யப்படும் வேள்விகளையும் பரிசோதனையாக மேற்கொண்டதில்

அந்த ஒலியும் ஒளியும் சுற்றுச் சூழலைச் சுத்தமாக்கும் அற்புதத்தை உணர்ந்திருக்கிறார்கள். நமது முன்னோர்களது சிறப்பையும் பெருமையையும் மறந்து விட்டோம்!'' என்று மகாஸ்வாமிகள் சொன்னதை உங்களுடன் பகிர்ந்து கொள்கிறேன்.

உங்களுடன் ஒரு கலந்துரையாடல்



எஸ். உஷா, மதுரை.

எல்லா கேள்விக்கும் பதில் அளிக்கும் தங்கள் முன் இறைவன் தோன்றி என்ன வரம் வேண்டும் என்று கேட்டால் நீங்கள் என்ன கேட்பீர்கள்?

புதிதாக என்ன கேட்டு விடப் போகிறேன்? கிடைக்காத பேறு கிடைத்து அதில் என் நினைவு இழக்காமல் இருந்தேனானால் சீத மழை முகில் பொழிக! தேசமெலாம் பயிர் விளைக! செல்வம் ஓங்குக! மாதர் குழாம் மக்கள் குழாம் மனையறங்களுடன் பொலிந்து மலிந்து வாழ்க! என்ற திரிகூட ராசப்பருடைய வேண்டுதலை முதலில் கேட்பேன்.

'உனக்கு என்ன வேண்டும் கேள்' எனப் பணித்தால்,

''இம்மையே உன்னைச் சிக்கெனப் பிடித்தேன் எங்கு எழுந்தருளுவது இனியே'' என்ற மணிவாசகரின் வரிகளையும், ''இமய வெற்பின் மோத இசைகள் பாடி வாழ்வேன்'' என்ற பாரதியாரின் வரிகளையும், ''பொன்னே நின்னையல்லால் இனி யாரை நினைக்கேனே'' என்ற சுந்தரர் தமிழையும், ''நின் கோயில் நின்வாசல் படியாய்க் கிடந்து உன் பவளவாய் காண்பேனே'' என்ற குலசேகர ஆழ்வார் மொழியையும், ''கண்டறியாதன கண்டேன்'' என்ற அப்பர் தமிழையும், ''எனக்கு இனி கதி என்சொல்லாய் - என்னை ஆளுடைய கோவே'' என்ற தொண்டரடிப் பொடியின் தமிழையும் பாட எண்ணுவேன், ஆனால் திறனற்றுத் தீனமாக ஒரே வரியில் ''பிறவா வரம் தாரும் பெம்மானே!'' என்றுதான் கேட்பேன்.

• வேத ஒலி, ஒளி!



வசுதா, ஜெ.ஜெ. நகர்.

எவ்வளவுதான் நல்ல வழிகாட்டும் விஷயங்களைப் படித்தாலும் அவை அந்த நேரத்திற்கு உற்சாகம் தருகின்றனவே யொழிய தொடர்ந்து கடைப்பிடிக்க முடிவதில்லையே! ஏன்?

நம்மைப் பக்குவப்படுத்திக் கொள்ள வேண்டுமானால் மீண்டும் மீண்டும் நல்ல விஷயங்களை மனதில் நிறுத்திச் செயல்பட முனைய வேண்டும். குளிக்கிறோம், உடனேயே சுத்தமாகி விட்டதாக நினைக்கிறோம். ஆனால் உடலில் அழுக்குச் சேருவதால் தினந்தோறும் குளிக்கவில்லையா? அது போலத்தான் நல்ல விஷயங்களைப் படித்து மனதில் நிறுத்திச் செயலாக்கினால் கிடைக்கின்ற உற்சாகம் குறையாமல் தொடரும்.

ஜெயந்தி நாகராஜன், பாண்டிச்சேரி.

நான் 29-ஆம் தேதி இரவு 12.30 மணிக்குப் பிறந்தேன். என் பிறந்த நாள் 29-ஆ (அ) 30-ம் தேதியா? ஆங்கில முறைப்படி 30 என்கிறார்கள். ஆனால் எனக்குக் குழப்பமாக உள்ளது. தயவுசெய்து என் சந்தேகத்தைத் தீர்ப்பீர்களா?

ஆங்கிலக் கணக்கின்படி

இரவு 12 மணிக்குப் பிறகு மறுநாள் எனக் கொள்ளுவது வழக்கத்தில் உள்ளது. நமது நாட்டு வழக்கப்படி ஜாதகம் கணிக்க அன்றைய சூரிய உதயநாழிகையினை எடுத்துக் கொள்ளுவது முறையாக வைத் திருக்கிறார்கள். தேதிப்படி 30 என்றும் தமிழ் நாட்குறிப்பின் படி முந்தைய நாள் கணக்கையும் எடுத்துக் கொள்ளலாம்.

வி. ஜானகி, சென்னை - 4.

கிராமங்களுக்குச் செல்லும் போது தாங்கள் வியந்து ரசிக்கும் விஷயம் ஏதா வது இருந்தால் சொல்லுங்களேன்..?

சிறு வயதில் கிராமங்களுக்குச் செல் லும் போது அங்குள்ள மனிதர்கள் சாப்பிடும் சாப்பாட்டை, அதன் அளவை, அதன் சுவையை, அதனை ரசிக்கும் தன்மையைக் கண்டு வியப்பில் வாயைப் பிளந்து நின்றதுண்டு. அங்குள்ள பெண் மணிகள் சளைக்காமல் மேற்கொள்ளும் வேலைகளைக் கண்டு வியந்ததுண்டு. மாவரைக்க, சலிக்காமல் மாவு இடிக்க, சலிக்க (இந்தச் சலிப்பு வேறு!!) பலகாரங் கள் செய்ய, தண்ணீர் இறைக்க, அதையும் மற்ற பெண்களோடு கிண்டலும் கேலியு மாக மகிழ்ச்சியுடன் செய்வதையும் வீட் டில் விளையாடும் விளையாட்டுகளில் அவர்கள் திறமையையும் இன்றும் எண்ணி அதிசயிக்கிறேன். இளவயதில் கிராமங் களுக்குப் போன போது (குளியல் அறை யில் குளித்துப் பழகியதால்) அவர்களோடு குளங்களில், ஆற்றில் குதித்துக் கும்மாள மிட முடியாமல் அவர்கள் ஈரத் துணியை மாற்றுகின்ற லாகவத்தைக் கண்டு வியந் திருக்கிறேன். காலிக் குடத்தை நீரில் கவிழ்த்துப் பிடித்தபடி நீச்சல் பழகும் இளநங்கையர்களைத் தேவதைகளாக எண்ணி வியந்திருக்கிறேன்... நெஞ்சம் மறப்பதில்லை... இன்றும் கிராம மக்கள் நெஞ்சில் ஈரம் இருப்பதை உணர்கிறேன்.

*** இந்த மாதம்**
அன்பு வட்டம் சிறந்த
கேள்விக்கு
நர்மதா பதிப்பகம்,
சென்னை - 17 வழங்கும்
ரூ. 250/- மதிப்புள்ள
புத்தகங்களைப் பரிசாகப்
பெறுபவர் :
இரா. சண்முகம், கடலூர்.

எஸ். பானுமதி, திருவான்மியூர்.

'அரட்டை அரங்கம்' நிகழ்ச்சி பாணி யில் உங்களிடம் ஒரு கேள்வி : சட்டம் இயற்றும் உரிமை உங்களுக்கு அளிக்கப் பட்டால், அதன் முதல்கட்டமாக சிறுநீர்ப் பெருக்கற்ற சென்னையை உருவாக்க என்ன சட்டம் போட நினைப்பீர்கள்?

ஆச்சி பாணியில் "க்கும்... அப்படி ஒரு உரிமையைக் கொடுத்திட்டாலும்..." என்று நொடித்தபடியே செயலில் இறங்குவேன். சில கருத்துகள்.. தாட்சண்யம் பாராத காவல் துறைப் பெண்களைக் கண்காணிக் கச் செய்து நாட்டையே நாற வைப்போர் களுக்குப் பாடம் புகட்டும் வகையில் அபராதம் கட்டச் செய்து நிலைமையை மாற்றலாம். கணவனைத் திருத்தும் மனைவிமார்களுக்குப் பட்டம் தந்து கௌரவிக்கலாம். அல்லது கொஞ்சம் 'தில்'லான மனைவிமார்கள் தாமும் அவருடன் அப்படிச் செய்யப் போவதாகப் பயமுறுத்தித் திருத்தினால் வீரப்பதக்கமே தரலாம். பொது இடங்களில் அசுத்தம் செய்யாத தந்தைமார்களை உங்கள் குழந்தைகள் கண்ணோட்டத்தில் பெரிய ஹீரோவாகக் காட்டினாலே போதும். அடுத்த தலைமுறை மாறிவிடும். 'நாற்றம் போதும் மாற்றம் வேண்டும்' என்ற வரி களைச் செயலாக்க என்னோடு ஒத் துழைக்க அறைகூவல் விடுப்பேன்! சேர் வீர்களா?

வீ. பேச்சியம்மாள், மதுரை.

உங்களைப் போலவே நானும் 'காட்டன் குயின்'தான். ஆனால் அதற்கு

மேட்ச்சாக அணியும் பாசிமணிகள் எங்கு கிடைக்கும்? எங்கள் மதுரையில் கிடைக்கவில்லை. என் இரு பெண்களுக்காகவே கேட்கிறேன். தங்கள் பதில்...?

இது கேள்வி! நாட்டில் பெண்கள் உயர் வகைப் புடைவைகளையும், நகைகளையும் எங்கு வாங்கினீர்கள் என்று கேட்கும் இந்தக் காலத்தில், நரிக்குறத்தியிடம், நம்ம ஊர்ச் சந்தைகளில், மீனாக்ஷி கோயில் கடைகளில் பல வண்ணங்களில் கிடைக்கும் பாசிமணியைப் பற்றி விசாரித்தமை மகிழ்ச்சியைத் தருகிறது. அதோடு மேட்ச் ஆகக் கண்ணாடி வளைகளையும் அணிந்தால் அந்தக் கலகலப்பே அலாதியான ஆனந்தம்!!

இரா. சண்முகம், கடலூர். ✱

வாழ்க்கையில் சாதித்தே ஆக வேண்டும். தோல்விகள் மலையளவு வந்தாலும் துவண்டு போக மனமில்லாமல் சாதனைகளை நோக்கிப் பயணப்பட்டுக் கொண்டிருக்கும் ஓர் இளைஞனுக்கு உங்களது ஸ்பெஷல் அட்வைஸ் தேவை... ப்ளீஸ்...!

''அகோ வாரும் பிள்ளாய்'' என்று நாடகப் பாணியில் 'சபாசு' போட வைக்கும் கேள்வியப்பா சண்முகா! சாதிக்க வேண்டும் என்ற எண்ணமே உங்களை உயர்த்துகின்ற முதல் படி! அதற்குச் சிந்தையில் தெளிவு வேண்டும். விவேகானந்தரின் பொன் மொழிகளும், பாரதியாரின் சீரிய சிந்தனைகளும், நமது குடியரசுத் தலைவர் கலாம் அவர்களது வழிகாட்டும் மொழிகளும் சிந்தையைத் தெளிவாக்கிச் செயல் திறனை ஊட்டும் துவளாத மனம் கொண்ட உங்களைப் போன்ற பாரத சிங்கங்களை ஈன்றெடுக்கும் அன்னையரைப் போற்றிப் பணிகிறேன். உங்களுக்கு வேண்டியது மூன்று! எதைச் சாதிக்க வேண்டும் என்ற குறி. அதைச் செயலாக்க மேற்கொள்ளும் நெறி இவற்றைச் சாதித்தே தீர வேண்டும் என்ற வெறி! வெற்றி உங்களதே! வாழ்த்துகள்!

வே. சித்ரா, கும்மிடிப்பூண்டி.

என் போன்ற ஏழைப் பெண்களும் தரமான படைப்புகளை மங்கையர் மலருக்கு அனுப்புகிறார்களா? ஏழைப் பெண்களின் படைப்புகளுக்கு சலுகைகள் ஏதேனும் உண்டா?

இதென்ன கேள்வியம்மா? ஏழையென்றும் அடிமையென்றும் எவரும் இல்லை இந்த உலகில். எழுத்துக்கு நிச்சயமாக ஏழை பணக்காரன் என்ற வேறுபாடு கிடையாது. கும்மிடிப்பூண்டி என்ன, இன்னும் குக்கிராமங்களிலிருந்தெல்லாம் வாசகியர் எழுதுகின்றனர். நல்ல கருத்துக்களை யார் சொன்னாலும் அதை நாலு பேருடன் பகிர்ந்து கொள்ளத்தானே இந்த மலர்? எழுதுங்கள்! உங்களது உணர்ச்சிகளுக்கு உயர்வு நிச்சயம் உண்டு!

பி.கே. நாராயணன், கோயமுத்தூர்.

அது என்ன, இந்த மாதம் எப்படி? ராசி பலனில், இல்லத்தரசிகள் மற்றும் பணிபுரியும் பெண்களுக்கு மட்டும் பலன் தருகிறீர்கள். ஆண்கள் மட்டும் என்ன பாவம் செய்தோம்? மங்கையரை விட 'மதன்கள்' (ஆண்கள்) தான் முதலில் மங்கையர் மலர் படிக்கின்றனர். நாங்களும் பலன்கள் தெரிந்து கொள்ள வேண்டுமல்லவா? விளக்கம் தேவை.

இந்த மாதம் எப்படி என்பதில் பலன்கள் பொதுவானதுதான். மங்கையர் இதழ் என்பதால் அவர்களுக்குக் குறிப்பாகப் பலன் என்று குறிப்பிடுவதில் ஒரு சிறிய சந்தோஷம்! அவ்வளவுதான்! நற்பலன் அனைத்தும் உங்களுக்கு என்றால் மகிழ மாட்டீர்களா?

குழம்பில் உப்பு கூடி விட்டால் ஒரு சிறு வாழைத் தண்டு போட்டு, சிறிது கொதித்ததும் எடுத்து விட்டால் கூடின உப்பு குறைந்து சரியாகி, படுருசியாகி விடும்.

- எஃப். லில்லி



முந்தி முந்தி


• துண்டி கணபதி

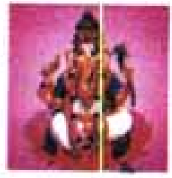

• த்விமுக கணபதி


• ஏகாக்ஷர கணபதி


• வீர கணபதி

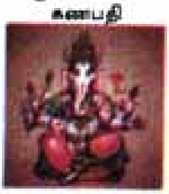

• த்ரியக்ஷர கணபதி


• க்ஷிப்ரஸாத கணபதி


• பால கணபதி


ஹரித்ரா கணபதி


ருணமோசன கணபதி


ஸிம்ஹ கணபதி


ஹேரம்ப கணபதி

ஓம் என்ற ஒலியின் வரி வடிவமே பிள்ளையார் உருவம். சிவன் சக்தி இருவருடைய மகன் என்று கூறுவது ஏனென்றால், சக்தியின் வடிவம் பிந்து அதாவது ஒரு புள்ளி. சிவம் என்பது ஒரு கோடு. இவ்விரண்டையும் இணைப்பதால் 'உ' என்னும் பிள்ளையார் சுழியாகிறது. செய்யும் எந்தச் செயலும் வெற்றி பெற பிள்ளையார் சுழியை முதலில் இடுகிறோம்.

விலங்கு, மனிதர், பூதகணங்கள் தேவர் ஆகிய நால்வகைப் படைப்பின் மொத்த உருவமாக விளங்கும் இறையுருவம் ஐந்து கரத்தனுடையது.

யானைத் தலையும், முறம் போன்ற செவிகளும், தும்பிக்கையும் விலங்கிடமிருந்தும், புருவம் மற்றும் கருணை பொழியும் விழிகள் மனித உருவினின்றும், பேழைவயிறும் குறுகிய கால்களும் பூத கணத்திலிருந்தும் நான்கு கைகளும் தேவர்களிடமிருந்தும் ஒன்றாகச் சேர்ந்து அமைந்த எழில் வடிவே விநாயகப் பெருமான்.

ஆவணி மாதத்தில் கொண்டாடப்படும் விநாயகர் சதுர்த்தியில் என்னவெல்லாம் அவருக்குப் படைப்பது வழக்கம்?

விநாயகப் பெருமானுக்கு அர்ச்சிக்கப்படும் மலர்கள், இலைகள் :

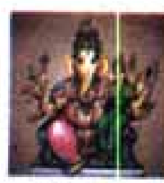
செம்பருத்தி, செண்பகம், செங்கழுநீர், குருந்தப்பூ, மல்லிகை, கோங்கு, பிச்சி, கருங்குவளை, புன்னை, பாதிரிப் பூ, ஞாழல், இருவாட்சி,


ந்ருத்த கணபதி


யோக கணபதி


துர்கா கணபதி


சங்கடஹர கணபதி


மஹா கணபதி

விநாயகனே



த்ரிமுக கணபதி



விக்னராஜ கணபதி



தருண கணபதி



பக்தி கணபதி



வீர கணபதி



ஸித்தி கணபதி



உச்சிஷ்ட கணபதி

தாமரை முல்லை, கொன்றை, நொச்சி, காந்தள், ஆத்தி, கடம்பு எருக்கம்பூ, செவ்வந்தி, பச்சிலை, திருநீற்றுப் பச்சை, நொச்சி, அருகம்புல், கூவிளம்பூ ஆகியவை.



த்விஜ கணபதி

விநாயகப் பெருமானுக்குப் படைக்கப்படும் தின்பண்டங்கள்

அப்பம், மோதகம், அவல், எள்ளுருண்டை, முக்கனிகளான மா, பலா, வாழை, தேங்காய், கரும்பு, சீனி, தேன், சர்க்கரை, செவ்விளநீர், பால், நெய், தயிர், பருப்பு, போனகம், பொரி, அவல், துவரை, பயிறு வகைகள், அரிசிப் பிட்டு, வெள்ளரிப்பழம், கடலை, பட்சணம், அன்ன வகைகள் ஆகியவை.



க்ஷிப்ர கணபதி

பிள்ளையாரை வழிபடுவதனால் கிடைக்கும் நன்மைகள் சொல்லில் அடங்கா! ஞானம், கல்வி, செல்வம், வீரம், நல்வாழ்வு, புகழ், நீண்ட ஆயுள் அத்தனையும் கிட்டும்.



விஜய கணபதி

விநாயகனே வெவ்வினையை வேரறுக்க வல்லான்
விநாயகனே வேட்கை தணிவிப்பான் - விநாயகனே
விண்ணிற்கும் மண்ணிற்கும் நாதனுமாம் தன்மையினால்
கண்ணில் பணிமின் கனிந்து!

- கமலா



லக்ஷ்மி கணபதி

படங்கள் நன்றி : பாத்ஃபைண்டர்



ஏகதந்த கணபதி



ஸ்ருஷ்டி கணபதி



உத்தண்ட கணபதி



சக்தி கணபதி



ஊர்த்வ கணபதி



• அகில இந்தியக் குழு

‘கபடி’தான் தாரக மந்திரம்!

அகில இந்தியப் பெண்கள் கபடி வரலாற்றில் பொன்னெழுத்துகளில் இடம்பிடித்து விட்டார் பொன்னுருளு. வயது 21. மதுரை, ஸ்ரீ மீனாட்சி அரசினர் மகளிர் கல்லூரியின் எம்.ஏ. (வரலாறு) முதலாமாண்டு மாணவி. கபடி விளையாட்டு இரு பொற்கரங்கொண்டு இவரை வாரியணைத்துக் கொண்டது. ஆனால், வறுமையோ துரத்தியடித்தது. எனினும், மனந்தளராது கபடி விளையாட்டில் தன்னை அதீதமாய் ஈடுபடுத்திக் கொண்டுள்ளார் பொன்னுருளு.

அப்பா எம். பாண்டி மூன்று சக்கர சைக்கிள் ஓட்டும் தினக்கூலி. ஒரு நாளைக்கு அதிகபட்சமாக நூறு ரூபாய்க்கு மேல் கிடைத்து விடாது. அம்மா சீதாலெட்சுமி, ஒரு தம்பி, ஒரு தங்கை என மொத்தம் ஐந்து பேர் கொண்ட குடும்பம். அப்பா ஒருவரின் வருவாய் கொண்டு சாப்பிடுவதா? மேற்படிப்புக்காக கல்லூரியில் சேருவதா? தனக்குள் தணியாத ஆர்வத்துடன் கனன்று கொண்டிருக்கும் கபடி விளையாட்டில் தொடர்ந்து ஆர்வம் காட்டுவதா? என மிகவும் குழப்பமான மனநிலை பொன்னுருளுவுக்கு. அப்போதுதான் ஆபத்பாந்தவனாக அனாதை ரட்சகனாக அவர்களைச் சந்தித்தார் ஜெ. அகஸ்டின். தமிழ்நாடு மாநில கபடிக் கழகத்தின், மாநிலப் பொருளாளர். சரியான நேரத்தில் பொன்னுருளுவின் திறமையை அடையாளங்கண்டு, அவரது குடும்பத்துக்கு வேண்டிய எல்லா உதவிகளையும் செய்து, பொன்னுருளுவின் கபடி திறமைக்கு ஊக்குவிக்கும் காரணியாய் அமைந்தார் அகஸ்டின்.

• பொன்னுருளு



மங்கையர் சக்தி மகத்தான சக்தி

மங்கையர் மலர் வெள்ளிவிழா

அதன்பின் பொன்னுருனின் தீவிர முயற்சியும் உழைப்பும் அவருக்கு அகில இந்திய பெண்கள் கபடி அணியில் இடம்பிடித்துத் தந்து விட்டது. அதில் இடம்பெற்றிருந்தவர்களில் இவர் ஒருவர் மட்டுமே தமிழ்நாட்டைச் சேர்ந்தவர்.

ஆசிய சாம்பியன் ஷிப் கபடி போட்டிக்கு முன்னராக, இந்தியப் பெண்கள் கபடி அணிக்கு டெல்லியில் ஒரு மாதம் தீவிர பயிற்சியளிக்கப்பட்டது. பயிற்சியின் போது தான் சந்தித்த அனுபவங்களை நம்முடன் பகிர்ந்து கொண்டார் பொன்னருளு.

"ஒரு விளையாட்டுக்கு அகில இந்திய அளவில் தேர்ந்தெடுக்கப்படுபவர்களுக்கு இந்தி மொழி அவசியம் தெரிந்திருப்பது நல்லது என்பதை எனக்கு அந்தப் பயிற்சிகள் உணர்த்தின. நான் ஒருத்தி தான் தமிழ்நாட்டுப் பெண். எங்கள் அணியின் கேப்டன் சுமதி பூஜாரி மஹாராஷ்ட்ராவைச் சேர்ந்தவர்.



• பெற்றோருடன்...



மற்றப் பெண்கள் அனைவரும் இந்தி பேசக் கூடியவர்கள். அதனால், அவர்களுக்குள்ளாக நெருங்கிய நட்பு வட்டம் சில நாட்களிலேயே உருவாகி விட்டிருந்தது!"

"மெயின் செவன்லில் (முதல் ஏழு பெண்களில்) இந்தப் பெண்ணை (பொன்னுருளுவை) போட வேண்டாம். இந்தப் பெண்ணுக்கு இந்தி தெரியாது! என்று என் காதுபடவே பேசிக் கொண்டார்கள். வேண்டுமானால் கடைசி ஐந்து நபர்களில் ஒருத்தியாக இந்தப் பெண்ணை வரிசைப்படுத்திக் கொள்ளலாம் என்றும் அவர்களுக்குள் வரையறுத்துக் கொண்டார்கள். எனக்கு அது பெருத்த அவமானமாகப் போனது. ஒரு நிமிடம் குன்றிப் போனேன்!"

"அடுத்து என்ன செய்தீர்கள்?"

"அப்போது நான் உறுதி எடுத்துக் கொண்டேன். பயிற்சி நாட்களில் இவர்கள் முன்னிலையில் மிகவும் சிறப்பாக விளையாடி, முதல் ஏழு நபர்களுக்குள் ஒருத்தியாக வர வேண்டும் என்று தீவிர முயற்சியுடன் தொடர்ந்து விளையாடினேன். விடாமுயற்சி செய்து அணியில் மூன்றாவது இடத்துக்கு வந்து விட்டேன் நான்!" என்கிறார் பொன்னுருளு.

"கபடி என்பது தமிழ் வார்த்தை தானே? அதனை அவர்கள் எவ்வாறு உச்சரித்தார்கள்?"

"வடமாநிலப் பெண்கள் அனைவருமே பயிற்சியில் கபஸ்... கபஸ்... என்றே உச்சரித்தனர். பயிற்சியாளர் ஹெல்பஸ் ராணி அவர்கள் அந்தப் பெண்களுக்கு கபடி... கபடி... என்று உச்சரிக்க ஒரு வாரம் பயிற்சி தந்தார்!"

"இந்த விளையாட்டில் 'கபடி... கபடி' என்று உதடுகள் உச்சரித்துக் கொண்டே இருக்க வேண்டுமே? வெளிநாட்டுப் பெண்கள் என்ன சொல்லி உச்சரித்தார்கள்?"

"சொன்னால் ஆச்சர்யப்படுவீர்கள். எல்லோரும் கபடி... கபடி என்றுதான்

உச்சரித்தாக வேண்டும். அது ஈரான் நாட்டிலிருந்து வந்திருக்கும் பெண்ணாலும் சரி. ஜப்பான் நாட்டில் இருந்து வந்திருக்கும் பெண்ணாலும் சரி. 'கபடி' என்கிற மூன்றெழுத்துச் சொல்தான் இந்த விளையாட்டின் தாரக மந்திரம்!"

"ஆசிய சாம்பியன்ஷிப் பெண்கள் கபடி விளையாடுப் போட்டியில் உங்கள் பங்கு என்ன?"

"ஹைதராபாத் நகரில் ஜூலை 8, 9, 10 ஆகிய மூன்று நாட்களில் ஆசிய சாம்பியன்ஷிப் பெண்கள் கபடி விளையாட்டுப் போட்டி நடைபெற்றது. இந்தியா, இலங்கை, பங்களாதேஷ், நேபாளம், ஈரான், கொரியா, ஜப்பான், தாய்லாந்து ஆகிய எட்டு நாடுகள் கலந்து கொண்டன. இறுதிப் போட்டியில் இந்திய அணி, ஜப்பான் அணியை எதிர்கொண்டு 45க்கு 22 புள்ளிகள் என்கிற விகிதத்தில் ஆசிய சாம்பியன் ஷிப் பட்டத்தை வென்றது. இதில் அணிக்கு நான் பன்னிரண்டு புள்ளிகள் பெற்றுத் தந்திருந்தேன்.

"அடுத்து உங்களின் குறிக்கோள் என்ன?"

"2006ல் ஜப்பானில் நடைபெற இருக்கும் ஆசிய விளையாட்டுப் போட்டிகளில் முதன் முதலாக பெண்கள் கபடி இடம் பெற இருக்கிறது. அதில் எப்படியும் இருபது நாடுகளின் அணிகள் கலந்து கொள்ளும் என எதிர்பார்க்கப்படுகிறது. ஆசிய விளையாட்டுப் போட்டியில் இந்தியப் பெண்கள் அணி தங்கப் பதக்கம் பெற்று வரும் அளவுக்குப் போட்டிகளில் என் விளையாட்டு முக்கியப் பங்காக இருக்க வேண்டும் என்பதே என் குறிக்கோள்!" என்று தன்னம்பிக்கையுடன் சொல்கிறார் 'பொன்'னாக மின்னும் பொன்னுருளு.

கட்டுரை, படங்கள் :
ஸ்ரீரங்கம் திருநாவுக்கரசு

இம்மாத இல்லத்தரசி

சமையல் கூப்பன்

பொருள் : கோவா **கடைசி தேதி : 20.09.2005**

என்ற தலைப்பில் சமையல் குறிப்பை இதனுடன் அனுப்பியுள்ளேன். இச் சமையல் குறிப்பு இதுவரை எந்தப் பத்திரிகையிலும் வெளியானதல்ல என்று உறுதி கூறுகிறேன்.

கையொப்பம்

கைநிறையச் சோழி!



ஏப்ரல் இதழில் பல்லாங்குழி ஆட்டம் பற்றிப் பார்த்தேன். இதோ நான்கு அல்லது எட்டு பெரிய சோழிகளை வைத்து ஆடும் ஒரு ஆட்டம்.



வெற்றியின் இலக்கு 200 அல்லது 300 பாயிண்ட் என்று நிர்ணயித்துக் கொள்ளவும்.

நான்கு சோழிகள் வைத்து விளையாடும் முறை :

சோழிகளை மொத்தமாக, உள்ளங்கையில் அடக்கி தாயத்திற்குக் குலுக்குவது போல் குலுக்கிப் போடவும்.

நான்கு சோழிகளும் கவிழ்ந்து விழுந்தால் 8 பாயிண்ட். இதற்கு மறு ஆட்டம் உண்டு.

நான்கு சோழிகளும் உட்புறம் தெரியும்படி நிமிர்ந்து இருந்தால் நான்கு பாயிண்ட். இதற்கும் மறு ஆட்டம் உண்டு.



மூன்று சோழிகள் நிமிர்ந்து விழுந்து, ஒரு சோழி கவிழ்ந்து விழுந்தால் இதற்குப் பெயர் 'மொக்கை'. ஆட்டம் கிடையாது. அடுத்தவர் விளையாடுவார்.

மூன்று கவிழ்ந்து, ஒன்று நிமிர்ந்து விழுந்திருந்தால் கவிழ்ந்த இரண்டையும், கவிழ்ந்த ஒன்றையும், நிமிர்ந்த ஒன்றையும், கேரம் விளையாடுவது போல் விரல்களைக் குவித்து, குறி பார்த்து அடிக்க வேண்டும். ஒவ்வொன்றிற்கு ஒரு பாயிண்ட் வீதம், இரண்டு பாயிண்ட். அடிக்கத் தவறினால், ஆட்டம் மற்றவர் கைக்குப் போய்விடும்.



இரண்டு கவிழ்ந்து, இரண்டு நிமிர்ந்து, விழுந்திருந்தால் கவிழ்ந்த சோழிகளை மட்டும் அடிக்க வேண்டும். இதற்கு ஒரு பாயிண்ட். அடிக்கத் தவறினால் ஆட்டம் மற்றவர் கைக்குப் போய்விடும். இந்த விளையாட்டால் விரல்களுக்கு நல்ல பயிற்சி. மனதிலும் மகிழ்ச்சி.

- எல்.வி. கணபதி



கூடி விளையாடு பாப்பா - 8

ஒத்தையா, ரெட்டையா, பம்பையா?



கைநிறையச் சோழிகளை அள்ளிக் கொண்டு ஒத்தையா? இரட்டையா? பம்பையா? எனக் கேட்க வேண்டும். அடுத்தவர் ஒத்தை என்று கூறினால் கையில் உள்ள சோழிகளைக் கீழே வைத்து இரண்டு இரண்டாக மறுபுறம் தள்ள வேண்டும். மீதம் ஒரு சோழி இருந்தால், ஒத்தை என்று கூறியவரிடம் அந்தக் காய்களைக் கொடுத்து விட வேண்டும். மீதம் இல்லாவிட்டால் அந்தச் சோழிகளை ஆடுபவரே வைத்துக் கொள்ள வேண்டும். கையில் சோழிகளே இல்லாமல் இருப்பது போல் மூடிக் கொண்டிருந்தால், அது பம்பை எனப்படும். பம்பை எனக் கூறி கையில் சோழி இருந்தால் அது ஆடுபவருக்கே உரியதாகும். கையில் ஒன்றுமில்லாமல் இருந்து எதிராளி பம்பை என்று சரியாகக் கூறிவிட்டால் ஆடுபவர் பத்து சோழிகளை எதிராளிக்குத் தர வேண்டும். கடைசியில் யார் அதிக சோழிகள் பெற்றுள்ளாரோ அவரே வென்றவர் ஆவார்.

இந்த விளையாட்டு மூலம் ஊகிக்கும் திறன் வளர்கிறது. கை நரம்புகளுக்குக் குறிப்பாக விரல்களுக்கு நல்ல பயிற்சி கிடைக்கிறது. எண்களில் ஆளுமை வளர்கிறது.

இந்தக் காலப் பிள்ளைகள் இதையெல்லாம் ஆட முன்வருவார்களா?

பி. தமிழ்மணி

படங்கள் : பப்பி







சிங்ஙம் மாஸத்தில்

மிளகூட்டல்

தேவையான பொருள்கள் :

துவரம் பருப்பு - 100 கிராம், முட்டைக் கோஸ் (நறுக்கியது) - 1 கப், பச்சைப் பட்டாணி - 100 கிராம், கேரட் - 2, முருங்கைக்காய் - 1, சிவப்பு மிளகாய் - 4, தேங்காய்த் துருவல் - ¾ கப், கடுகு - 1 டீஸ்பூன், உளுத்தம் பருப்பு - 1 டீஸ்பூன், மஞ்சள் தூள் - ½ டீஸ்பூன், கறிவேப்பிலை - சிறிதளவு, உப்பு - ருசிக்கேற்ப, தேங்காய் எண்ணெய் - 2 டேபிள் ஸ்பூன்.

செய்முறை :

தேங்காய்த் துருவலுடன், சிவப்பு மிளகாய் சேர்த்து கரகரப்பாக அரைத்து வைக்கவும். கேரட்டைத் துருவிக் கொள்ளவும். முருங்கைக்காயை இரண்டு அங்குலத் துண்டுகளாக வெட்டி வைக்கவும்.

துவரம் பருப்பை கழுவி, சிறிது நேரம் ஊறவைத்து, பின் உப்பு, மஞ்சள் தூள், போதுமான நீர் சேர்த்து வேகவைக்கவும். பருப்பு பாதியளவு வெந்ததும், நறுக்கிய கோஸ், கேரட், பச்சைப் பட்டாணி, முருங்கைக்காய்த் துண்டுகள் சிறிதளவு நீர் சேர்த்து வேகவிடவும்.

எல்லாம் வெந்தபின், அரைத்த தேங்காய் விழுதைக் கலந்து, கொதிக்க விட்டு, அடுப்பிலிருந்து இறக்கவும். பின் வாணலியில் தேங்காய் எண்ணெயை விட்டு, சூடாக்கி, கடுகு, உளுந்து சேர்த்து சிவந்ததும், கறிவேப்பிலை போட்டுத் தாளித்துக் கொண்டு,

ஓணம் விருந்து

கேரளாவின் பிரம்மாண்டமான பண்டிகை ஓணம். கேரளா 'ஓணம் விருந்து' வெகு ஜோராக இருக்கும். கேரளப் பெண்கள் என்றாலே அவர்களுடைய பொன் நிறமும், கருகருவென்ற கார்மேகக் கூந்தலும்தான் நம் நினைவிற்கு வரும். அதற்கு அவர்களின் உணவு முறையும் ஒரு காரணம். பொதுவாக கேரளச் சமையலில் காரம் அதிகம் இருக்காது. அது மட்டுமல்லாமல் அனைத்திலும் தேங்காயைச் சேர்ப்பர். அப்படிப்பட்ட அவர்களுடைய சுவையான உணவுகள் சிலவற்றை ருசிப்போம் வாருங்கள்!



செய்து வைத்துள்ள 'மிளகூட்டல்' மேல் ஊற்றவும். இதனைச் சூடாகச் சாதத்துடன் பரிமாற, சுவையோ சுவை!



ஓணம் கட்ட அடை

தேவையான பொருள்கள் :

நைஸான அரிசி மாவு - 2 கப், உப்பு - ¼ டீஸ்பூன், நெய் - 1 டீஸ்பூன், பொடித்த வெல்லம் - ½ கிலோ, பலாப்பழத் துண்டுகள் (பொடியாக நறுக்கியது) - ½ கப், தேங்காய்த் துருவல் - 1 கப், ஏலக்காய்த் தூள் - ½ டீஸ்பூன், வாழை இலை (சதுர துண்டுகளாக வெட்டியது) -தேவைக்கு.

திருவோணம்!

செய்முறை :

வாணலியில் பொடித்த வெல்லம் போட்டு, கால் கப் நீர் விட்டு சூடாக்கி, கரைத்துக் கொள்ளவும். பின் பலாப்பழத் துண்டுகள், தேங்காய்த் துருவல், ஏலக்காய்த் தூள் சேர்த்து நன்கு சுருள வதக்கி இறக்கவும். இப்போது பூரணம் தயார்.

அடிகனமான பாத்திரத்தில் 2½ கப் நீர் விட்டுக் கொதிக்க விடவும். அதில் உப்பு, அரிசி மாவு, நெய் சேர்த்து நன்கு கிளறி கெட்டியாக இறக்கவும். இதனை இலேசாக ஆறவிட்டு, இளம் சூட்டுடன் கையில் நெய் தடவி, உருண்டைகளாக உருட்டவும்.

ஒவ்வொரு வாழை இலைத் துண்டிலும், ஒரு மாவு உருண்டையை வைத்து, வட்டமாகத் தட்டி, நடுவில் பூரணம் 1½ டேபிள் ஸ்பூன் அளவு வைத்து, இரண்டாக பிறை போல் வாழை இலையுடன் மடித்துக் கொள்ளவும்.



தோசைக்கல்லை நன்கு சூடாக்கி, செய்தவற்றை பரப்பி, இருபுறமும் வாழை இலை கருப்பாகும் வரை வேகவிட்டு, சுட்டெடுக்கவும். பின் வாழை இலையை எடுத்து விட்டுப் பரிமாறவும். இந்த அடை நல்ல மணமாகவும், ருசியாகவும் இருக்கும்.

உள்ளித் தீயல்

தேவையான பொருள்கள் :

சின்ன வெங்காயம் - கால் கிலோ, தேங்காய் - 1, சிவப்பு மிளகாய் - 5, தனியா விதை - 1 டேபிள் ஸ்பூன்,

முந்திரிப் பருப்பு - 8, கடுகு - 1 டீஸ்பூன், புளி - சிறிய உருண்டை, தேங்காய் எண்ணெய் - 2 டேபிள் ஸ்பூன், கறிவேப்பிலை- சிறிதளவு, உப்பு - ருசிக்கேற்ப, சீரகம் - 1 டீஸ்பூன், பெருங்காயம் - சிறு துண்டு, வெந்தயம் - ¼ டீஸ்பூன்.

செய்முறை :

தேங்காயைத் துருவிக் கொள்ளவும். சின்ன வெங்காயத்தை நறுக்காமல் தோலை மட்டும் உரித்து வைக்கவும். சீரகம், பெருங்காயம், வெந்தயத்தை வெறும் வாணலியில் போட்டு வறுத்துப் பொடித்து வைக்கவும்.

தேங்காய் எண்ணெய் இரண்டு டீஸ்பூன் விட்டு, தனியா விதை, சிகப்பு மிளகாய், தேங்காய்த் துருவல், முந்திரிப் பருப்பைச் சேர்த்து சிவக்க வறுத்தெடுக்கவும். இதனை ஆறவிட்டு, விழுதாக அரைத்துக் கொள்ளவும்.

பின் ஒரு பாத்திரத்தில் மீதி தேங்காய் எண்ணெய் விட்டு சூடாக்கி, கடுகு, கறிவேப்பிலை போட்டுத் தாளித்துக் கொண்டு சின்ன வெங்காயதைச் சேர்த்து வதக்கவும். அத்துடன் அரைத்த தேங்காய் மசாலா விழுது, உப்பு சேர்த்து கிளறி விடவும்

புளியை போதுமான நீரில் ஊற வைத்து, கரைத்து, இத்துடன் ஊற்றி, நன்கு கொதிக்க விடவும். நீர் சுண்டியதும், இதன் மீது சீரகக் கலவை பொடியைத் தூவி விட்டு இறக்கவும். இந்தச் சுவை மிகுந்த 'உள்ளித் தீயல்' கூட்டை அனைவரும் விரும்பி ருசிப்பர்.

நெய் பிரதமன்

தேவையான பொருள்கள் :

பச்சரிசி - ½ கப், வெல்லம் - 2 கப், நெய் - ½ கப், உலர் திராட்சை, முந்திரிப் பருப்பு தலா - 1 டேபிள் ஸ்பூன், தேங்காய் (சிறிய துண்டுகளாக சீவியது) - ¼ கப், தேங்காய்ப் பால் - 2 கப்.

செய்முறை :

தேங்காய் சீவல்கள், உலர்திராட்சை, முந்திரிப் பருப்பை சிறிதளவு நெய் விட்டு, சிவக்க வறுத்தெடுத்து வைக்கவும். பச்சரிசியை கழுவி, தேங்காய்ப் பால் விட்டுக் குழைய வேகவைத்துக் கொள்ளவும்.

வெல்லத்தைப் பொடித்து, அரை கப் நீர் விட்டு, அடுப்பில் வைத்து பாகாய்க் கரைக்கவும். இதில் வேகவைத்த சாதத்தைக் கொட்டிக் கிளறவும். சாதம் வெல்லத்துடன் சேர்ந்து, கொதிக்கத் துவங்கியதும், நெய்யைச் சேர்க்கவும்.

எல்லாம் ஒன்றாகச் சேர்ந்து கொதித்து திரண்டு வருகையில், வறுத்த திராட்சை, முந்திரி, தேங்காய் போட்டுக் கலந்து விட்டு அடுப்பிலிருந்து இறக்கவும். இது கேரளாவில் விசேஷங்களின் போது தயாரிக்கப்படும் சுவையான ஒரு பாயசம் ஆகும்.

மத்தன் பச்சடி

தேவையான பொருள்கள் :

வெள்ளை பூசணிக்காய் கீற்றுகள் - 3, உப்பு - ருசிக்கேற்ப, மஞ்சள் தூள் - ½ டீஸ்பூன், பொடித்த வெல்லம் - ¼ கப், புளிக் கரைசல் - சிறிதளவு, தேங்காய் எண்ணெய் - 2 டீஸ்பூன், கடுகு - ½ டீஸ்பூன், சிவப்பு மிளகாய் - 3, தேங்காய்த் துருவல் - 2 டேபிள் ஸ்பூன், பச்சை மிளகாய் - 2.

செய்முறை :

பூசணிக்காய் கீற்றை தோல், விதை நீக்கி, சிறு துண்டுகளாக நறுக்கவும். தேங்காய்த் துருவல், பச்சை மிளகாய் இரண்டையும் விழுதாக அரைத்து வைக்கவும். புளிக்கரைசலை, நீர்க்கக் கரைத்து, ஒரு பாத்திரத்தில் ஊற்றி, பூசணித் துண்டுகள் சேர்த்து வேகவைக்கவும்.

நீர் சுண்டியதும், உப்பு, மஞ்சள் தூள், வெல்லம், அரைத்த தேங்காய் விழுது சேர்த்து நன்கு கிளறி விட்டு இறக்கவும். பின் தேங்காய் எண்ணெயில் கடுகு, சிவப்பு மிளகாய் தாளித்து மேலே ஊற்றிப் பரிமாறவும். இந்த 'மத்தன் பச்சடி' இனிப்பு, புளிப்பு, காரம் என வித்தியாசமான சுவையில் நாவை மிரட்டும்!

- குர்ஷீத் அஷ்ரப்

திருமணத்தின் போது தேவதையாய்க் காட்சி அளித்த தன் மனைவிமார்கள் போகப் போகக் கொடூரமாய் மாறிவிட்டதன் மர்மம் புரியாமல் தலையைப் பிய்த்துக் கொண்டிருக்கும் என் இனிய ஆண் நண்பர்களே, சமீபத்தில் இன்டர்நெட்டில் நான் படித்த கதை ஒன்றைச் சொல்கின்றேன். மர்மம் விலக இந்தக் கதை உங்களுக்கு உதவக்கூடும்.

கதை கேளு...



ஒரு நாட்டை 'ஆர்தர்' என்னும் இளம் அரசன் மிகச் சிறப்பாக ஆண்டு வந்தான். போர் ஒன்றில் மிகவும் எதிர் பாராதவிதமாய்ப் பக்கத்து நாட்டுப் பேரரசனால் தோற்கடிக்கப்பட்டு சிறையில் அடைக்கப்பட்டான்.

ஆர்த்தரை உடனடியாய்

கொன்று விட்டிருக்க முடியும் பேரரசனால். இருப்பினும், அவனது இளமையையும், அவன் கொண்டிருந்த உயர்ந்த கொள்கைகளையும் உத்தேசித்து ஆர்த்தருக்கு ஓர் அவகாசம் தர தீர்மானித்தான் பேரரசன்.

"இளம் வீரனே! உன்னிடம் ஒரு கடினமான கேள்வி ஒன்றை கேட்கப் போகிறேன். அதற்குத் தகுந்த பதிலை நீ ஒரு வருட அவகாசத்திற்குள் கூற வேண்டும். உன் பதில் திருப்திகரமாய் இருக்கும்பட்சத்தில் நீ உடனடியாய் விடுதலைச் செய்யப்படுவாய். இல்லையெனில் ஒரு வருட முடிவில் நீ கொல்லப்படுவாய்" என்றுரைத்தான் பேரரசன்.

"சரி" என்றான் ஆர்த்தரும்.

'பெண்கள் உண்மையில் வேண்டுவது எதை?' இதுதான் கேள்வி.

ஆனால், இந்தக் கேள்விக்குச் சரியான பதிலளிப்பது அவ்வளவு சாத்தியமானதாய் ஆர்த்தருக்குப்படவில்லை எனினும் ஒரு வருட அவகாசம் கிடைப்பதால் விடை கண்டுபிடிக்க ஒப்புக் கொண்டான்.

தன் நாடு திரும்பிய ஆர்தர் பல்வேறு பகுதிகளிலிருந்தும் உயர்ந்த அறிஞர்கள், மாமேதைகள், மாமுனிகள், ஞானிகள்... என்று பலதரப் பட்ட மனிதர்களையும் வரவழைத்து தன் கேள்விக்குச் சரியான

கதை கேளு...

மகாதானபுரம் ரா. தரங்கிணி



விடை கண்டுபிடிக்கத் தீவிரமாய் முற்படலானான். இருப்பினும், திருப்திகரமான பதில் எவரிடமிருந்தும் கிடைக்கவில்லை. நாட்களோ ஓடிக் கொண்டேயிருந்தன.

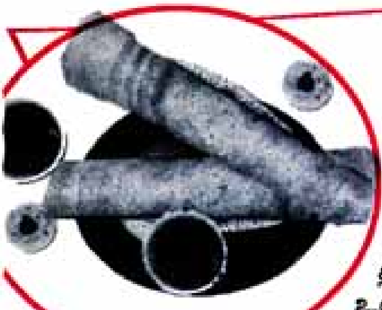
ஒரு வருடம் முடிய சிறிது காலமே எஞ்சி இருந்த தருவாயில் பலரும் ஆர்தருக்கு ஒரு யோசனை கூறினர். அந்த நாட்டில் மிகவும் பிரசித்தி பெற்ற சூனியக்காரி ஒருத்தி இருப்பதாகவும், அவள் ஆர்த்தருக்கு நிச்சயம் உதவக்கூடும் என்றும் அறிவுறுத்தினர். ஆனால் தன் உதவிக்கு அவள் கேட்கும் விலை மிகவும் அதிகமானதாக இருக்கும் என்றாலும் கூட ஆர்தரின் கேள்விக்கு அவளால் மட்டுமே சரியான பதில் கூற முடியும் என்றும் அவர்கள் அபிப்ராயப்பட்டனர்.

வருடத்தின் கடைசி நாளும் வந்து விட்ட நிலையில், கடைசி முயற்சியாய் அந்த சூனியக்காரியைச் சந்திப்பதைத் தவிர வேறு வழி எதுவும் இல்லை என்பதை உணர்ந்த ஆர்தர் அவளைச் சந்திக்கப் புறப்பட்டான்.

மிகவும் அகோரமாய்க் காணப்பட்டாள் அந்தச் சூனியக்காரி. வயது முதிர்ந்த தோற்றத்துடனும், கூரிய பல்லுடனும், கூனல் முதுகுடனும், மிகுந்த நாற்றத்துடனும், பயங்கரமாய்ச் சத்தம் எழுப்பிக் கொண்டு பார்க்கவே அருவருப்பாய் இருந்தாள்.

ஆர்தரின் கேள்வியான, "பெண்கள் உண்மையில் எதை வேண்டுகின்றனர்? என்பதற்கு மிகச் சரியான பதிலை நான் கூற முடியும்" என்று கூறிய சூனியக்காரி, "ஆனால் முதலில் அதற்கான விலையைக் கொடுத்து விட வேண்டும்" என்றும் கூறினாள்.

அவள் கேட்ட விலையைக் கேட்டு அதிர்ந்தான் ஆர்தர்.



சத்தான தோசை!

கேழ்வரகு, கம்பு, சோளம், அரிசி நான்கையும் அரை கிலோ எடுத்து (மொத்தம் 2 கிலோ) மெஷினில் கொடுத்து கரகரப் பாக அரைத்து வாங்கி வைக்கவும். காலையில் தேவையென்றால் இரவில் ஒரு கிண்ணத்தில் அல்லது ஆழாக்கில் தேவைக்கேற்ப உளுந்து எடுத்து சிறிது வெந்தயம் சேர்த்து 20 நிமிடம் ஊறவைத்து நன்றாக ஆட்டி அதோடு தானிய மாவையும் சேர்த்து உப்பு கலந்து புளித்ததும் தோசை செய்தால் நெய் மணக்கும். தொட்டுக் கொள்ள தேங்காய்ச் சட்னி, தக்காளி, எள் சட்டினி நன்றாக இருக்கும்.

- பழனி முருகன்

தன் அரசவை படைத்தளபதியாய் இருக்கும் மிக அழகிய இளம் வீரனும் தன் நெருங்கிய நண்பனுமான 'கவைன்' தன்னைத் திருமணம் செய்து கொள்ள வேண்டும் என்பதே அவள் கேட்ட விலை.

தன் உயிர் போனாலும் பரவாயில்லை, தன் உயிருக்கு உயிரான நண்பன் கவைனுக்கு இத்தனை பெரிய தண்டனையைக் கொடுக்கக் கூடாது என்று முடிவெடுத்த ஆர்தர் அந்த அகோர சூனியக்காரியிடமிருந்து விடையைப் பெறாமலேயே திரும்பி விட்டான்.

இந்தச் செய்தி கவைனின் காதுகளை எட்டியது. ஓடோடி வந்த கவைன் தன் நண்பனின் உயிரையும், நாட்டையும் காப்பாற்ற தான் எத்தனை பெரிய தண்டனையையும் ஏற்கத் தயார் என்றும் ஆர்தருக்காக அந்தச் சூனியக்காரியை மணக்க தனக்கு எந்த ஆட்சேபணையும் இல்லை என்றும் அறிவித்தான். நெகிழ்ந்தான் ஆர்தர்.

அழகிய கவைனுக்கும், அகோர சூனியக்காரிக்கும் திருமணம் நடந்தேறியது.

இப்பொழுது ஆர்தரின் கேள்வியாகிய 'பெண்கள் உண்மையில் எதை வேண்டுகின்றனர்?' என்பதற்கு பதில் அளித்தாள் சூனியக்காரி : 'தன் வாழ்க்கையை தானே நிர்மாணிக்கும் அதிகாரத்தையே பெண்கள் வேண்டுகின்றனர். அதாவது தன் வாழ்க்கைக்கு தானே பொறுப்பாளியாய், முடிவெடுக்கும் அதிகாரியாய் இருக்கவே பெண்கள் விரும்புகின்றனர்' என்பதே அவள் கூறிய பதில்.

இந்தப் பதில் அனைவருக்கும் திருப்திகரமாய் இருந்தது. இந்தப் பதில் ஆர்தருக்கு விடுதலையையும் தேடித் தந்தது.

இங்கோ முதலிரவு அறைக்குள் மிகுந்த நடுக்கத்துடன் நுழைந்தான் கவைன். ஆச்சர்யத்தில் உறைந்து போனான். தன் கண்களையே அவனால் நம்ப முடியவில்லை. அறைக்குள் மிக அழகிய இளம் தேவதை அமர்ந்திருந்தாள்.

குழம்பி நின்ற கணவனிடம் மென்மையாய்ப் பேசினாள் சூனியக்காரி. தான் அகோரமான தோற்றத்துடன் காணப்பட்ட போது கூட அதைப் பொருட்படுத்தாமல் 'கவைன்' தன்னை மணக்க முன்வந்ததால் தான் ஒரு நாளில் பாதி நேரம் அழகிய தேவதையாகவும், பாதி நேரம் தன் சுயரூபத்துடனும் தோன்றப் போவதாகத் தெரிவித்த அவள் கூடவே "எந்த நேரம் எந்த ரூபத்துடன் இருப்பது?" என்று கவைனிடம் வினவினாள்.

அதாவது, அழகிய தேவதையான தோற்றத்துடன் பகலில் இருப்பதா, இரவில் இருப்பதா?

எத்தனை சிக்கலான கேள்வி?! கவைன் இடத்தில் கணவன்மார்களே நீங்கள் இருந்தால் என்ன பதில் சொல்லி இருப்பீர்கள்?!

(விடையைக் காண வாருங்கள் பக்கம் 178)


சூப்பர் மிக்ஸி...
சூப்பர் சமையல்...
சூப்பர் விலையில்...
45
Years of
Convenience
விஜய்
அறிமுகப்படுத்தும்
சூப்பர் எக்கோ மிக்ஸி
ரூ.1895/-
மட்டுமே
Vijay
A friend of your family
விஜய் ஹோம் அப்ளையன்சஸ் லிமிடெட்
கிளைகள் மற்றும் சேவை மையங்கள்:


பில்ராத் கருத்தரிப்பு மையம்
உலகத் தரம் வாய்ந்த அதிநவீன வசதிகளுடன் கூடிய
HI TECH TEST TUBE BABY CENTRE
FACILITIES AVAILABLE
INTRA UTERINE INSEMINATION (IUI)
INVITRO FERTILISATION (IVF)
INTRA CYTOPLASMIC SPERM INJECTION (ICSI)
BLASTO CYST CULTURE
LASER ASSISTED HATCHING
EMBRYO & SPERM CRYOPRESERVATION
MICRO EPIDI DYMAL SPERM ASPIRATION (MESA)
PRE IMPLANTATION GENETIC DIAGNOSIS
BILLROTH HOSPITALS
43, லட்சுமி திரையரங்க சாலை, (பூந்தமல்லி நெடுஞ்சாலை சமீபம்) செனாய் நகர்,
சென்னை - 600 030. போன் : 2644 1777, 2644 4070 ஃபேக்ஸ் : 2644 2999
Email: drvjegan@hotmail.com.

மடமடவென உடையும் தேங்காய்!



"**கா**தலாகிக் கசிந்து கண்ணீர் மல்கி" என்ற சம்பந்தர் கூற்றுப்படி அன்புடன், இறைவனை உருகி வேண்டினால் அமைதி, ஆனந்தம் அடையலாம். அவன் அருளும் பெறலாம்.

இதனைத் தடுப்பது மாயை, கன்மம், ஆணவம் என்ற மும்மலங்களாகும். வாழ்க்கை நிகழ்வுகள் யாவும் வழிமுறைகளை உணர்த்தும் தத்துவங்களேயாகும்.

இந்த வகையில் இறைவனுக்குப் படைக்கப்படும் தேங்காயும் நமக்கு ஒரு தத்துவத்தை உணர்த்துகின்றது. தேங்காய் மேல் உள்ள பச்சை மட்டை மாயையாகும். அதனை நீக்கி, நாம் செய்த வினைகளாக உள்ள கன்மம் என்ற நாரை நீக்கி, அதனையும் தாண்டியுள்ள நான், தான் என்ற ஆணவம் என்ற கடுமையான, வலிமையான ஓட்டை உடைக்கும்போது அன்பெனும் நீர் வெளிப்பட்டு வெள்ளொளியான ஆண்டவன் வெளிப்படுவார் என்ற தத்துவத்தை உணர்த்துவதாக இறைவனுக்குத் தேங்காய் உடைக்கும் செயல் அமைக்கப்பட்டுள்ளது.

தமிழ்நாட்டில் குறுமன் பழங்குடி இனத்தவர் வீர பத்திரர் தெய்வத்தின் முன் நடக்கும் வீரவழிபாட்டாக இத் தேங்காயைத் தலையில் உடைக்கும் வழக்கத்தை ஆண்டாண்டுக் காலமாக கடைப்பிடித்து வருகின்றனர். இவர்கள் குலதெய்வமான வீர பத்திரருக்கு செய்யும் ஒரு வழிபாட்டு முறையை "தமரான் உற்சவம்" என்று கூறுவர். அந்தக் குறிப்பிட்ட நாளில் "தமரான்" என்ற பல் லக்கு போன்ற வடிவமைப்பை உற்சவ இடத்திற்கு எடுத்துச் செல்வர்.



தோழா தோழா செப்டம்பர் 2008



வசுகி கண்ணப்பன்

அங்கு சுவாமிக்கு அலங்காரம் செய்து, பூசை செய்ய ஆரம்பிப்பார்கள். தீப்பந்தம் கொளுத்தி திருஷ்டி கழிப்பார்கள். அது முடிந்த பின் சுவாமிக்குச் சந்தனம், பண்டாரம் இடுவார்கள். வெற்றிலை, பாக்கு, பழம் வைப்பார்கள். பூமாலை அணிவிப்பார்கள். தீபாராதனை காட்டி தாரை, தப்பட்டை, முழங்கக் கொம்பு ஊதுவார்கள். குலோலோ என்று கூறி, இறைவனைக் கூவி அழைப்பர். அவ்வாறு செய்யும் போது இறைவன் முன் மண்டியிட்டு, அமர்ந்து கையை ஏந்துவர். அப்பொழுது அங்கு மாட்டை வரவழைத்து, அதற்கு கழுத்தில் மாலை அணிவித்து, தீர்த்தம் தெளித்து அதன் தலையில் முதல் தேங்காயை உடைப்பார்கள். அதன்பின் மனிதர்கள் தலையில் தேங்காய் உடைப்பார்கள். கல்லில், இரும்புத்தடியால் உடைக்கும் போது ஒரு அடியில் உடையாத தேங்காய் தலையில் ஒரே அடியில் இரு சரிபாதியாக உடைந்து தெறித்து விழுவது அதிசயம். இப்படி ஒன்று, இரண்டல்ல, ஒருவர் தலை மீதே ஐந்து ஆறு தேங்காய்கள் வரிசையாக உடைத்துக் கொண்டேயிருப்பார்கள்.

அவர்கள் அனைவரும் இறைவன் ஆசி பெற்றதாகப் போற்றி மகிழ்வர். மூட்டை மூட்டையாக அன்று தேங்காய் உடைபடும்.

அவ்வாறு தன் தலையில் தேங்காய் உடைக்கப் பெற்றவர்கள், அந்தத் தேங்காயை வேறு யாருக்கும் கொடுப்பதில்லை. அவர்கள் மட்டுமே உண்ண வேண்டும். இது தொன்றுதொட்டு நடந்து வரும் பழக்கமாகும்.

ஏதோ இறை ஆணை, இறை வேகம், இறை செயல் என்பது போல் இந்தத் தேங்காய் தலையில் மடமடவென உடைபடுகிறது. உண்மையில் இறைவன் முன் நாம் ஒன்றுமே இல்லை என்கிற எண்ணம்தான் வலுப்படுகிறது.

இறைநம்பிக்கையுடன் கூடிய எண்ணத்திற்கு வலிமை உண்டு, என்பதில எள்ளளவிலும் சந்தேகமேயில்லை. ஆனால் இறைநம்பிக்கையை இப்படித்தான் காட்ட வேண்டும் என்பது அவசியமும் இல்லை.

இப்படி தலையில் தேங்காயை உடைப்பது பற்றி விவாதங்கள் பல உள்ளன. மனித உரிமை இயக்கம், இந்த நிகழ்ச்சியைக் கடுமை என்ற காரணத்தால், அரசு, சட்டம் மூலம் தடைசெய்ய முயல்கின்றது.

பல கிராம தெய்வ வழிபாடுகளில் உயிர் பலியிடுவது போன்றவற்றைத் தடை செய்வது போன்று, இந்தத் தடைச் சட்டமும் நிறைவேறலாம்!

- வாசுகி கண்ணப்பன்

மின் வெட்டுக்கு மிக்க நன்றி! நீண்ட இடைவெளிக்குப் பின் சந்தித்தோம் - குடியிருப்பில் உள்ளோர் மொட்டை மாடியில்! அடுத்து எப்போ?

- சு. காந்தி



வெண்ணெய் காய்ச்சிய வாணலியில் கசண்டு ஒட்டிக் கொண்டு தேய்ப்பதற்கு மிகவும் சிரமமாக உள்ளதா? வாணலியினை அடுப்பில் வைத்து சிறிது உப்பும், தண்ணீரும் கலந்து கொதிக்க விட்டால் போதும். கசண்டு சூட்டில் இளகி விடும். பாத்திரம் தேய்க்க பளிச்சென மின்னும்.

- ஆர். ஜெயலெட்சுமி.



சிவனது சினத்திற்குத் தரப்பட்ட உருவமே அக்கினி வீரபத்திரர், அகோர வீரபத்திரர் எனவும், சக்தியின் சீற்றமே காளி அவதாரம் எனவும் கூறுவர். வீரபத்திரர், காளி வழிபாடு மிகவும் தொன்மையானது. காவல் தெய்வமாகவும், தீமையை அகற்றுபவராகவும் விளங்கும் வீரபத்திர சாமி வழிபாடு தென்மாநிலங்களில் அதிகமாகக் காணப்படுகிறது. சிவபிரானுக்கு உரிய மரியாதையைத் தராத தட்சனுக்குப் புத்தி புகட்ட வேண்டி ஈசனது சடைமுடியிலிருந்து உருவானதாகக் கூறப்படும் வீரபத்திரர் எங்கு அநீதி நடந்தாலும் அதனை அழித்து நீதியை நிலைநாட்டுவதற்காக எழுந்த உருவம் என்று புராணங்கள் குறிப்பிடுகின்றன. வீரபத்திரரையே குலதெய்வமாகக் கொண்டு வழிபடும் குடும்பங்கள் இந்தியாவின் பல பகுதிகளிலும் வாழ்ந்து வருகின்றன.

திரிகூட ராசப்ப கவிராயர் காட்டுகின்ற வீரபத்திரரின் உரு நம்மையறியாமல் கைகூப்ப வைக்கிறது.

"பார்த்த திக்கினில் கொடுமுடி
ஆயிரம்பரப்பி
ஆர்த்த திண்புயவரை
இரண்டாயிரம் துளக்கி
போர்த்த தாள்களில்
அண்டமும் -அகண்டமும் பெயர
வேர்த் தெழுந்தான் வீரரில்
வீரன்"

ஊழி வெங்கனலைப் போல் கண்களில் வீசும் தீப்பொறியுடன் காட்சியளிக்கும் வீரபத்திரரின் கோபத்தை எதிர்நோக்கும் சக்தியின்றி இந்த உலகமும் அண்டமும் அதிர்கிறது என்பது பொருள்.

- கமலாம்பா



வீரபத்திரர்

பொன் மழை பொழியத் துதி



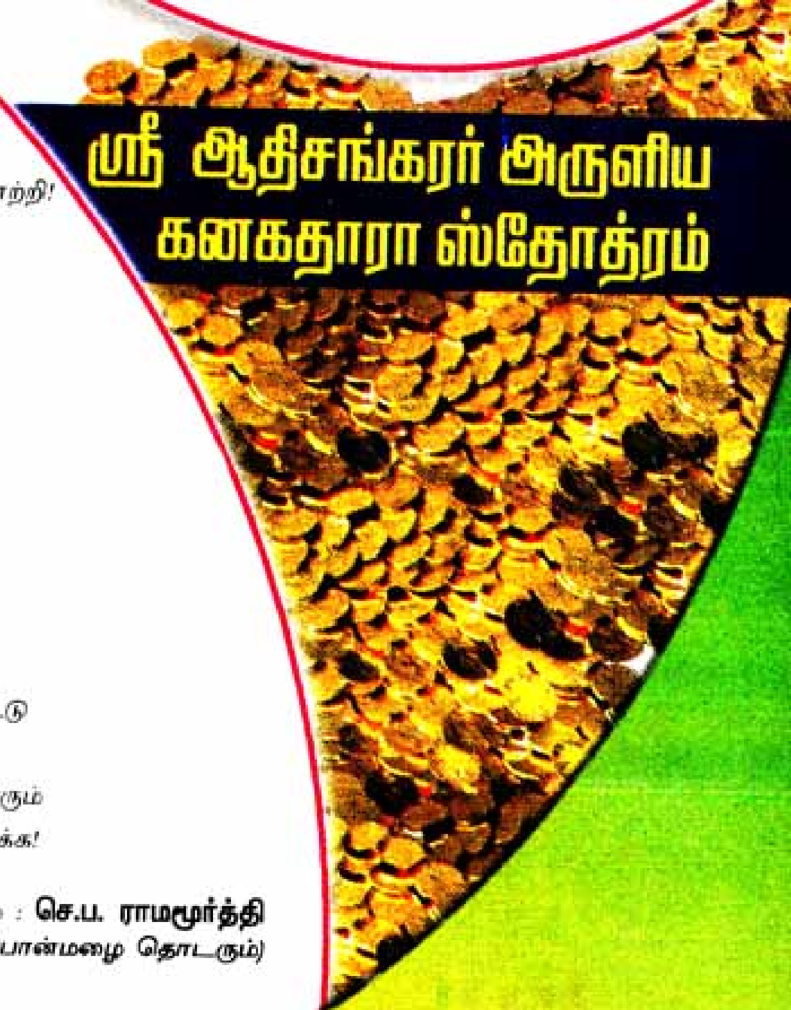
13. நமோ(அ)ஸ்து ஹேமாம்புஜ-பீடிகாயை
நமோ(அ)ஸ்து பூ-மண்ட-ல-நாயிகாயை ।
நமோ(அ)ஸ்து தேவாதி-தயாபராயை
நமோ(அ)ஸ்து சார்ங்காயுத-வல்லபாயை: ॥

14. நமோ(அ)ஸ்து தேவ்யை ப்ருகு-நந்தநாயை
நமோ(அ)ஸ்து விஷ்ணோ-ருரஸி ஸ்திதாயை ।
நமோ(அ)ஸ்து லக்ஷ்ம்யை கமலாலயாயை
நமோ(அ)ஸ்து தாமோதர-வல்லபாயை ॥

15. நமோ(அ)ஸ்து காந்த்யை கமலேக்ஷணாயை
நமோ(அ)ஸ்து பூத்யை புவந-ப்ரஸூத்யை ।
நமோ(அ)ஸ்து தேவாதிபிரர்சிதாயை
நமோ(அ)ஸ்து நந்தாத்மஜ-வல்லபாயை ॥

16. ஸம்பத்கராணி ஸகலேந்த்ரிய-நந்தநாநி
ஸாம்ராஜ்ய-தாந-விபவாநி ஸரோருஹாக்ஷி ।
த்வத்-வந்தநாநி துரிதாஹரோணாத்யதாநி
மாமேவ மாத-ரநிசம் கலயந்து மாந்யே ॥

ஸ்ரீ ஆதிசங்கரர் அருளிய கனகதாரா ஸ்தோத்ரம்



13. பொற்றாமரை உறையும் தேவியே போற்றி!
புவியாளும் பேரருளே பூமகளே போற்றி!
நற்றவத்தார் வானோர் நாடுகின்ற அருளே போற்றி!
எற்றைக்கும் சார்ங்கம் ஏந்தும் மால் இசைந்தவளே போற்றி!

14. மாமுனிவன் பிருகுவின் மகளே போற்றி!
மாலவன் தன் திருமார்பிலுறை திருமகளே போற்றி!
தாமரை மலருறைவாள் செல்வலக்குமித்தாயே
தாமோதரன் மனமுவந்த தாயே நின்னருள் போற்றி!

15. மணங்கவர் ஒளியே போற்றி! செங்கமல
மலரன்ன விழியாள் போற்றி! உலகினைத்
தினமிங்கு காக்கும் செந்திருவே வானோர்
குலம் போற்றும் கோபாலன் தேவியே போற்றி!

16. தாமரைக் கண்ணாள் அருள் தாயவள் பாதம் தொட்டு
மேவும் ஒரு சிறப்பின் உவந்து மீண்டும் வணங்கிடவே
கோவேந்தர் நிகராம் செல்வம் குறைவின்றித் தானே சேரும்
பாவங்கள் மறையும் நாளுமவள் பதமலர் என்னைக் காக்க!

தமிழாக்கம் : **செ.ப. ராமமூர்த்தி**

(பொன்மழை தொடரும்)



விழா மணவாளர்!

வெள்ளி விழா காணும் மங்கையர் மலருக்கு எனது வாழ்த்துக்கள். மங்கையர் மலர் வாசகர்களில் பெரும்பாலானவர்கள் ஆண்கள் தான் என்பது எழுத்தாளர் உஷா சுப்ரமணியன் அவர்களின் கணிப்பு. (மே 2004- இதழில் வெளியான கட்டுரைப்படி) என்னுடைய கருத்து மங்கையரோடு மணாளரும் இணைந்தே படிக்கின்றனர்!

என்னைப் பொறுத்தவரை நீண்ட காலமாக நான் மங்கையர் மலரின் வாசகனாக இருப்பதோடு தொடர்ந்து அதில் எழுதியும் வருகிறேன். என்னுடைய படைப்புகள் பலவற்றையும் பிரசுரித்து ஆதரவு தந்து வரும் மங்கையர் மலருக்கு எனது நன்றியையும் இத்தத் தருணத்தில் தெரிவித்துக் கொள்கிறேன்.

தோழா தோழா
செப்டெம்பர் 2005

முதன் முதலாக நான் மங்கையர் மலருக்காக எழுதிய கட்டுரை 1987-ஆம் ஆண்டு ஜூன் மாத இதழில், 'மருமகள் மாமியாரானால்' என்கிற தலைப்பில் பிரசுரமானது.

அண்மையில் பிரசுரமான கட்டுரை, 'அமெரிக்காவில் ஒரே ஒரு தீக்குச்சிக்காக அலைந்தேன்' 2005- ஜனவரி இதழில் பிரசுரமானது.

பிரசுரமான படைப்புகளில் சில :

1987 - ஜூன் - மருமகள் மாமியாரானால்..
1987 - செப்டெம்பர் - உங்கள் குழந்தை நன்றாகப் படிக்க...
1988 - ஜூலை - குழந்தைகள் ஒருவரை ஒருவர் நேசிக்க...
1988 - அக்டோபர் - உங்களது குழந்தையின் எதிர்காலத்திற்காக...
1989 - ஜனவரி - கணவன் மனைவி பிரிவது ஏன்?
1989 - மார்ச் - 8 தம்ளர் தண்ணீர் ஏன் அவசியம்?
1989 - ஜூலை - மாமியாருக்கு என்ன அவசரம்?
1989 - டிசம்பர் - குழந்தைகளின் மனதை டீ.வி.யும் வீடியோவும் பாதிக்கின்றனவா?
1990 - மே - எங்கே போகிறது பணம்?
1990 - டிசம்பர் - தேவை மனைவியின் உருவில் ஒரு தாய்
1991 - ஜனவரி - பிரார்த்தனை ஜாக்கிரதை
1991 - ஏப்ரல் - பாட்டிக்கு வயசாகவில்லை
1993 - ஏப்ரல் - ஒரு கத்தரிக்காயின் விலை 72 ரூபாய்.
1994 - ஆகஸ்ட் - நானும உங்களைப் போலத்தான்
1995 - செப்டெம்பர் - 60-வது திருமண நாள் கொண்டாடிய அபூர்வ தம்பதிகள்
1998 - ஜூலை - டீ.வி.யை நிறுத்துங்கள்
1999 - அக்டோபர் - துக்கம் மறக்க கலைகளைக் கற்றுக் கொண்டேன்
2000 - அக்டோபர் - வாழ்வின் உயர்வுக்கு ஊனம் ஒரு தடையல்ல
2001 - மே - அடுக்களையில் ஆண்கள்
2002 - டிசம்பர் - 3 கரத்தின் நடுவே ஒரு கிராமக் கோயில்.
2003 - ஜனவரி - பல்லு கொழுக்கட்டை
2004 - மே - காபி கேட்ட ஸ்ரீப்ரியா
2005 - ஜனவரி - அமெரிக்காவில் ஒரே ஒரு தீக்குச்சிக்காக அலைந்தேன்...

\- கமலநாதன்

மங்கையர் சக்தி மகத்தான சக்தி
மங்கையர் மலர் வெள்ளிவிழா


Sunday'னா
ரெண்டு!
தினமலர்
தினமலர்
புறக்கணிப்பு!


தாத்தா : வெங்கட்ராமன்,
பாட்டி : சியாமளா
தாத்தா : முத்துக்குமாரசாமி
பாட்டி : கோமதி
• வி. ஹரீஷ்
என் செல்லமே
• ஷ்ரேயஸ்

எரிபொருள் சிக்கனம்

வாசகி ராஜலட்சுமி சண்முகம் நமக்கு அனுப்பி வைத்திருந்த அவர்தன் கணவர் தயாரித்திருந்த எரிபொருள் சிக்கனம் பற்றிய குறும்படம் சி.டியிலிருந்து மாதிரிக்கு ஒரு படம்.

எரிபொருள் சிக்கனத்திற்கு பொதுவாக கவனத்தில் கொள்ள வேண்டியவை :

♦ கேஸ், பர்னரைச் சுத்தமாக அடைப்பு ஏதும் இல்லாமல் வைத்துக் கொள்ளுதல்.

♦ அடுப்பின் ஜுவாலை நீலநிறமாக எரிய வேண்டும்.

♦ அகன்ற, ஆழமில்லாத, வட்டமான குட்டையான பாத்திரம் சிக்கனத்திற்கு உத்தரவாதம்.

♦ சாம்பார், ரசம், கூட்டு, குழம்பு, கறி அனைத்தையும் குக்கரில் வேகவைத்து தாளிதம் மட்டும் தனியாகச் செய்தால் நேரம், கேஸ் மிச்சம்.



குக்கர் தான் சிக்கன ராணி!



♦ சாதம் வைக்க அரிசியைக் களைந்த பின் பத்து நிமிடம் ஊறவைத்து குக்கரில் ஏற்றினால் இரண்டு விசிலில் சாதம் ரெடி!

♦ பொருள்களை வேக வைக்கத் தேவையான தண்ணீர் போதும். அதிக தண்ணீர் அதிகம் கொதித்தால், கேஸூம் ஆவியாகிவிடும்!

♦ சமைத்த உணவுகளை ஹாட்பாக்ஸில் வைத்து பெரிய தெர்மாகோல் அட்டை உள்ளே வைத்தால் 4 (அ) 5 மணி நேரம் உணவு சூடாகவே இருக்கும்.

♦ பாத்திரங்களை அடுப்பில் ஏற்றிய பிறகே அடுப்பைப் பற்ற வைக்க வேண்டும்.

♦ குக்கர் சமையலும், மூடி போட்ட சமையலும்தான் சிக்கனத்திற்கு இலக்கணம்.

♦ முன்னேற்பாடான 'சிக்'கென்ற சமையலும், சின்ன பர்னரும் 'சிம்' எரிதலும் 'சிக்கன' சிகாமணி பட்டத்தை உங்களுக்கு வாங்கித் தரும்.

♦. காப்பர் பாட்டம் பாத்திரத்தில் சூடு மிக விரைவில் ஏறும். மண் பானை, கல் சட்டி

மங்கையர் சக்தி மகத்தான சக்தி
மங்கையர் மலர் வெள்ளிவிழா

❖ பால் குக்கரில் தண்ணீர் விடும் போது தேவையான அளவு தண்ணீர் விடவும். அதிகமாக தண்ணீர் விட்டு, அதில் விசில் வரும் போது தண்ணீரே கேஸை அணைத்து விடும். அதனால் பர்னர் ஈரமாகி விரைவில் பற்றாது. காஸும் வீணாகும்.

❖ உபயோகத்திலுள்ள கேஸ் சிலிண்டர் மீது எந்தக் காரணத்தைக் கொண்டும் எந்தப் பொருளையும் குடமோ, சமைக்கும் பொருளோ வேறு கனமான பொருளையோ எதையும் வைக்கக் கூடாது.

- கௌஸ்

கேஸை இழுக்குமே!

♦ லைட்டருக்கு டாட்டா சொல்லி விட்டு தீப்பெட்டிக்கு மாறுங்கள்.

சிக்கன கேஸிற்கு வழி சொன்ன சகோதரிகள் : **எஸ். லலிதா, ஆர். ராஜலட்சுமி, கன்னிகா ராஜவேல், சுலோசனா சம்பத், சுபா தியாகராஜன், எஸ். அபிராமி, எல். சரஸ்வதி, கே. தாமரை குமார், எம். காந்திமதி கிருஷ்ணன், ஏ. சாரதா.**

(காஸ் இரண்டு மாதத்துக்கு மேல் வந்தால் சந்தோஷம்தான். ஆனால், குறிப்புகள் இரண்டு மாதங்கள் வந்தது போதுமே!)

♦ தினமும் சாம்பார், பிட்லை, வறுத்தரைத்த சாம்பார் என்று செய்வதை விட வாரத்திற்கு ஒரு நாள் பருப்புப் பொடி, தனியாப் பொடி என்றும், பொரியலுக்கு பதில் அடுப்பு இல்லாமலே தயாரிக்கும் உணவுகளான கேரட் கோசும்பரி, சாலட், ராய்தா போன்றவைகளையும் செய்யலாம். அத்துடன் வாரத்திற்கு ஒருநாள் இயற்கை உணவுகளான பழக்கலவை, காய்கறி சாலட், அருகம்புல் ஜூஸ், புதினா ஜூஸ் என்று செய்து சாப்பிட எரிபொருளும் சிக்கனமாகும். வயிற்றுக்கும் சிறிது ஓய்வு கிடைக்கும். சமைத்த உணவுகளை விட இயற்கை உணவு சிறந்தது.

♦ குக்கரின் காஸ்கட் (ரப்பர்) சரியில்லையெனில் உடனடியாக மாற்றி விடுவது நல்லது. இல்லையெனில் ஆவி நிறைய வெளியேறி சமைக்க நிறைய நேரமாகும்.

♦ சொந்த வீட்டில் இருப்பவர்கள் மேலும் எரிபொருளைச் சிக்கனப்படுத்தலாம். எப்படி? வீட்டிலுள்ள தென்னை மரத்தின் காய்ந்த ஓலைகள், மட்டைகள் கொண்டு கொல்லைப்புறத்தில் குளிக்க வெந்நீர் ரெடி பண்ணலாம். காஸில் வைக்காமல் இப்படிச் செய்வதால் எரிபொருளும் மிச்சம். வீட்டிலும் மட்டை, ஓலைகள் என்று அடைசல்கள் இல்லாமல் சுத்தமாக இருக்கும்.

♦ ஜவ்வரிசி, சேமியா பாயசம்/ உப்புமா பண்ணுவதானால் கொதித்த நீரில் வறுத்ததைப் போட்டு அடுப்பை அணைத்து 5 நிமிடம் தட்டைப் போட்டு மூடிவைக்க முக்கால் பதம் வெந்திருக்கும். மேலும் 2 நிமிடங்கள் அடுப்பில் வைக்க கண்ணாடி போல் சீக்கிரம் வெந்து விடும்.

- வி. ஸ்ரீதேவி

குக்கர் ரசம்!

♦ எலுமிச்சை ரசத்திற்கு குக்கரில் தக்காளிகளையும், பருப்பையும் போட்டு வைத்து விடவும். பிறகென்ன, வெளியில் எடுத்து கடைந்து, ஒரே ஒரு கொதி விட்டு, தாளித்து, எலுமிச்சைச் சாறு பிழிந்தால் ஆயிற்று. ஐந்தே நிமிடம் ரசத்திற்கு அடுப்பு எரிந்தால் போதும்.

♦ மாங்காயைத் துருவி மிக்ஸியில் ஓட்டி பிறகு தொக்கு செய்தால் காஸ் செலவு பாதியாகும். மாவு போல் மிருதுவாகவும் தொக்கு இருக்கும்.

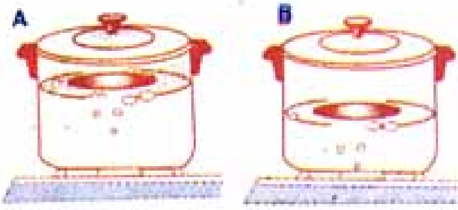
♦ பருப்புசிலி செய்யும் அன்று இட்லி டிபனாக வைத்துக் கொண்டால் ஒரு தட்டில் உசிலி மாவு மற்ற தட்டில் இட்லியும் ஒரே நேரத்தில் இரண்டும் ஆகிவிடும்.

- கமலா, ஈரோடு.


அசத்தல் ஆரம்பம்!
வெற்றி
உங்கள்
சாய்ஸ்!
சுனந்தாஜி
வழங்கும்
ஆன்மிகத்
தொடர்!
முதன்
முறையாகத்
தமிழில்...
உங்கள்
கல்கி யில்...
படிக்கிறீங்களா?

♦ 3 பேருக்கு கொள்ளளவு 10 லி, 12 லி. குக்கர் தேவையில்லை. பிரஷர் பான் போதும். சாதம் வைக்கும் போது அரிசி ஊறவைத்துப் போட்டதும் ஆவி வந்த பின்னர் வெயிட் போட்டு சிம் செய்து சரியாக 10 நிமிடம் கழித்து இறக்கினால் சாதம் பூ மாதிரி இருப்பதோடு கேஸ் மிச்சம்.

- விஜி அமீர், ஈரோடு.



♦ மேலே காண்பித்தபடி படம் B-ல் இருப்பது போன்று தேவையான அளவு தண்ணீரைப் பயன்படுத்த வேண்டும். படம் A-ல் காண்பித்தபடி கூடுதல் தண்ணீரைப் பயன்படுத்தினால் அதிக எரிபொருள் செலவாகிறது.

♦ மிக முக்கியமாக எரிவாயுவைச் சேமிக்க உயர்ந்த தரத்தை கொண்ட ஐ.எஸ்.ஐ. மார்க் உடைய கேஸ் ஸ்டவ்வைப் பயன்படுத்த வேண்டும்.

♦ குக்கர் வைக்கும் போது பெரிய பர்னரைப் பயன்படுத்த வேண்டும். இந்த பர்னரில் சீக்கிரம் குக்கர் விசில் அடித்து விடும்.

- எஸ். சரஸ்வதி, சென்னை - 106.

♦ நெய்க் கிண்ணத்தை சூடான பர்னரின் மேல் வைத்து விட்டால் உருகி விடும்.

♦ குழம்பு தாளித்த அதே கடாயில் அதே சூட்டோடு பொரியலுக்கு தாளித்து விடலாம்.

♦ தோசைக் கல்லில் சட்னிக்கு தாளித்துக் கொட்டி விட்டு அப்படியே தோசை ஊற்றத் தொடங்கலாம்.

♦ பால் காய்ச்ச மில்க் குக்கரைப் பயன்படுத்தவும்.

♦ கொதிக்கும் குழம்பில் முட்டையை வேகவைத்து எடுத்து விடலாம்.

- விஜிலா தேரிராஜன், அருப்புக்கோட்டை.

❖ அதே போல் உபயோகத்திலுள்ள சிலிண்டர் பக்கத்தில் காஸ் முழுவதும் நிரம்பிய (அடிஷனல்) மற்றொரு சிலிண்டரை எந்தக் காரணத்தைக் கொண்டும் வைக்கக் கூடாது. கூடுமானவரை குறைந்தபட்ச இடைவெளி இருக்க வேண்டும்.

❖ எந்தக் காரணத்தைக் கொண்டும் பெரியவர்கள் டீவி பார்க்கும் சுவாரசியத்திலோ இல்லை வெளியில் செல்லும் அவசரத்திலோ சின்னப் பிள்ளைகளை விட்டு காஸைப் பற்றவைக்க (அ) அணைக்கச் சொல்ல வேண்டாம். அதுவே, நாம் வீட்டில் இல்லாத நேரத்திலும் அவர்களாகவே பற்றவைக்க முயற்சிக்க காரணமாகலாம்.

- கௌஸ்

♦ சேனைக்கிழங்கை செவ்வக வடிவத் துண்டுகளாக நறுக்கி உப்பு, மிளகாய்த் தூள் போட்டு பிசிறி குக்கர் செபரேட்டரில் வைத்து சாதத்துடன், பருப்பு + சாம்பார்ப் பொடி + உப்பு + காயுடன் வேக வைத்து எடுத்தால் ஒரே நேரத்தில் சாதம், சாம்பார், வெந்த காயை இறக்கி தோசைக்கல்லில் எண்ணெய் விட்டு இருபுறமும் சிவக்க வறுத்தால் காயும் ரெடி.

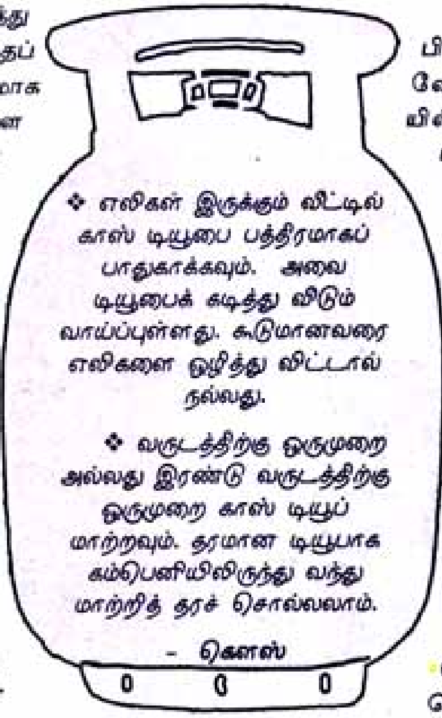
- வி. ராதா, சென்னை - 33.

♦ கீரைப் பொரியலாக இருந்தால் அலசி நறுக்கிய கீரையை அரை தம்ளர் நீர் விட்டு உப்புப் போட்டு குக்கரில் ஒரு விசில். பின் தனியே தாளிக்க ஈஸி. கீரை கடைவதாக இருந்தாலும், தக்காளி, புளி, பூண்டு, மிளகாய் போட்டே ஒரு விசில். பின் மிக்ஸியில் ஒரு செகண்ட்.

- ஷீலா நாசர், விழுப்புரம்.

♦ சிலிண்டர் தீர்ந்து விட்டதும், சிலர் அதைப் படுக்க வைத்து வேகமாக ஆட்டி எரிபொருளை மிச்சமில்லாமல் உபயோகிப்பர். இப்படிச் செய்வதால் அடியில் தங்கியிருக்கும் அழுக்கும், அசுத்தமும் டியூப் வழியாக அடுப்பிற்கு வந்து பர்னரில் அடைப்பை ஏற்படுத்தும். அரை மணி நேரம் வரக் கூடிய இந்த எரி பொருளுக்காக இப்படிச் செய்வது ஆபத்தானதும்கூட.

- ராதா,
சென்னை - 4.



போட்டு சுடவைத்து பின்பு வறுத்து செய்ய வேண்டிய தேவையில்லை. நிச்சயமாக மாதம் 10 ரூ காஸ் மிஞ்சும். பொடி வைத்து அடைக்கும் முழு கத்திரிக் கறி, வாழைக்காய் கறி, சுண்டல்கள் இவற்றிற்கு இப் பொடியையே உபயோகிக்கலாம்.

♦ 150 கிராம் உ. பருப்பு, 20 வர மிளகாய், 50 கிராம் மிளகு, 50 கிராம் சீரகம் இவற்றை சிவக்க வறுத்துப் பொடித்து வைத்துக் கொண்டால் கூட்டு, கீரை இவற்றிற்கு அப்படியே 1 ஸ்பூன் அள்ளிப் போடலாம். தேங்காய்த் துருவலில் 1 (அ) 2 ஸ்பூன் போட்டு அரைத்தும் விடலாம். மாதம் நிச்சயமாக 10 அல்லது 15 ரூபாய் காஸ் மிச்சமாகும்.

♦ குடிக்க வெந்நீர் நன்றாகக் கொதித்ததும் அந்தப் பாத்திரத்தைத் தட்டுப் போட்டு மூடி அப்படியே சூட்டோடு தூக்கி பெரிய டப்பில் (அ) பக்கெட்டில் பாதியளவு தண்ணீரில் வைத்தால் வெந்நீரும் ஆறிவிடும். அதே சமயம் வாளியில் உள்ள தண்ணீரும் சூடாகும். நம்ம குட்டீஸ்கள் குளிக்க வைத்துக் கொள்ளலாம். வெந்நீர் போடும் கேஸ் மிச்சமாகும். காலையில் இதுபோல் செய்தால் குளிக்க உதவும்.

- ஏ. சுப்புலெட்சுமி,
தூத்துக்குடி - 2.

♦ பாலில் செய்யும் இனிப்பு வகைகள் எல்லாமே அடுப்பை 'சிம்'மில் வைத்துச் செய்தால் போதும். கேஸும் 30% மிச்சமாகும். பொருளும் 20% அதிகம் கிடைக்கும்.

- ஜெ. ஸ்வேதா,
சேலம்.

♦ 250 கிராம் க. பருப்பு, 200 கிராம் மல்லி விதை 50 கிராம் மிளகாய் வற்றல், 50 கிராம் கசகசா இவற்றை வெறும் வாணலியில் சிவக்க வறுத்து, மிக்ஸியில் கொரகொரவென பொடித்து பாட்டிலில் அள்ளி விடுவேன். அரைத்து விடும் சாம்பார் செய்யும் அன்று கொஞ்சம் தேங்காய், 2 (அ) 3 ஸ்பூன் பொடி போட்டு, மிக்ஸியில் அரைத்து விடுவேன். ஒவ்வொரு முறையும் வாணலியை அடுப்பில்

4 பேர் கொண்ட (பெரியவர் 2 + டீன் ஏஜ் குழந்தைகள் 2) எங்கள் குடும்பத்திற்கு ஒரு சிலிண்டர் 102 நாட்கள் '100 நாட்களுக்குக் குறையாமல்) வருகிறது.

♦ சூடான குக்கர் மேல் சிறு பாத்திரம் (அ) தம்ளரில் நீர் வைத்தால் அதை சாதம், பால், பருப்பு, ரசம் புளிக்குழம்பிலிட்டதுக்கு உபயோகிக்கலாம்.

♦ அரிசி, பருப்புகளை அரை மணி நேரம் ஊறவிட்டு சமைப்பதால் கேஸ்

மிச்சமாகும்.

- எல்.கே. பாக்கியலக்ஷ்மி,
நியூடெல்லி.

♦ நமுத்துப் போன பொரித்த அப்பளம், பிஸ்கெட், அவல் போன்றவற்றையோ, அல்லது பொடிக்கு அரைக்க வேண்டிய வற்றல் மிளகாய், பூண்டு, கறிவேப்பிலை மற்றும் கடலைப் பருப்பு போன்றவற்றையோ, கேஸ் அடுப்பின் கீழே வைத்தால் (ஒரு தட்டை யான, விளிம்பில்லாத தட்டில்) மொறுமொறுப் பாகி விடும். சீக்கிரம் வறுபட்டு விடும். பிளாஸ் டிக்கோ (அ) பீங்கான் தட்டோ வைக்கக் கூடாது. அவை சூட்டில் இளகிவிடும்.

- மீனாட்சி, மும்பை - 66.

♦ முடிந்தவரை மாற்று எரிசக்தியையும், சூரிய வெப்ப சக்தியையும் பயன்படுத்துவது மிகவும் நல்லது.

- பாகிரதி இராமனாதன்,
கோவை.

♦ முக்கியமாக கேஸ் விலை இன்று ரூ. 288 என்பதை நினைத்தபடி கேஸை ஆன் செய்யவும்.

- பத்மா, பெங்களூர் - 76.

கேஸில் சாக்பீஸால் தேதியை எழுதுவதை விட அன்றைய தினசரி காலண்டரில் உள்ள தாளை அப்படியே கிழித்து ஒட்டிவிட வேண்டியதுதான் (சாக்பீஸால் எழுதியது அழிந்து விட வாய்ப்பிருக்கு).

- எஸ். செல்வசுந்தரி

(வாசகிகள் எழுதிய தண்ணீர் சிக்கனம் அடுத்த இதழில்..)

நல்ல பெண்மணி - மிக (நல்ல)

ஒரு இல்லத்தில் சிக்கனம் எதிலுமே செய்பவள் (நல்ல)
சிலிண்டரை எப்போதும் நிமிர்த்தி வைத்து
ரப்பர் குழாய்களை அடிக்கடி கண்காணித்து
அகன்ற பாத்திரம் தனில் சமைத்தே
எரிபொருள் சிக்கனம் கடைப்பிடித்தால் அவளே (நல்ல)



தூங்கும் முன் சிலிண்டரை மூடிவைத்து
சமைக்கும் முன் ஜன்னலைத் திறந்துவைத்து
சிறிய பர்னரில் தனியே சமைத்து
எரிபொருள் சிக்கனம் கடைப்பிடித்தால் அவளே (நல்ல)

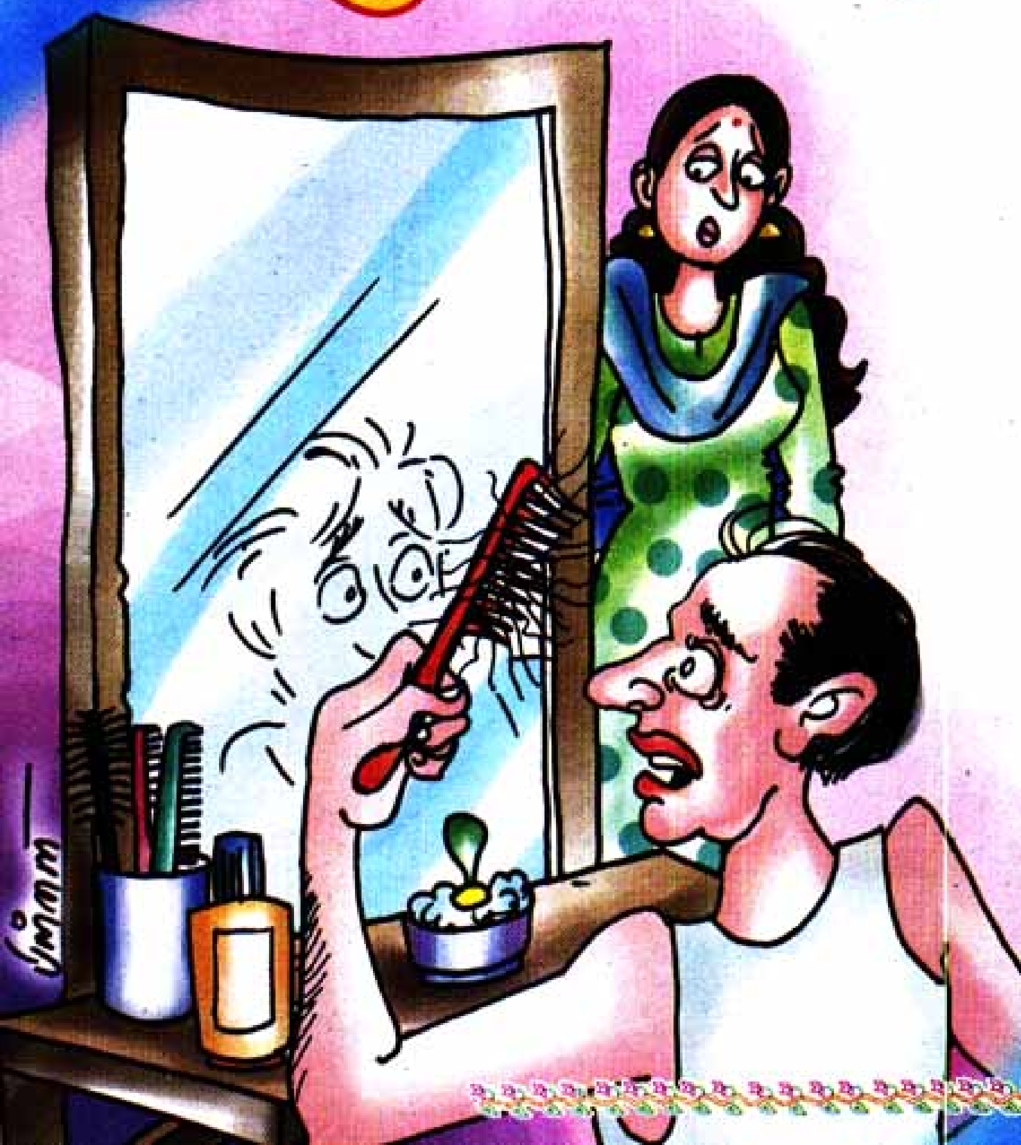
கொதிநிலை பக்குவம் அறிந்து வைத்து
குக்கர் வசதியை தினமுமே உபயோகித்து
ஐஎஸ்ஐ. ஸ்டவ் தனிலே சமைத்து
எரிபொருள் சிக்கனம் கடைப்பிடித்தால் அவளே (நல்ல)

- சுகீர்த்தி பாலசாண்டில்யன், சென்னை - 33.

வளருமா...?

கையில் தயாராக எடுத்து வைத திருந்த தம்ளரில் ஃப்ளாஸ்கிலிருந்து காப் பியை ஊற்றி நண்பன் வினோத் ரயிலை விட்டு பிளாட்பாரத்திலிருந்து இறங்கிய வுடனே ஆவிபறக்கக் கொடுத்த போது நன்றியும், புன்சிரிப்புமாய்ப் பெற்றுக் கொண்டாலும் என் முகத்தையே பார்த்த படி நின்றான். தமிழ்நாடு எக்ஸ் பிரஸ் போபால் ஸ்டேஷனில் நின்று கொண்டிருந்தது. கோடை விடு முறையில் வினோத் சென்னைக்குத் திரும்புகிறான். சரியாக ஒரு வருடத்துக் குப் பின்னர் சந்தித்துக் கொள்கிறோம்.

போன வருடம் இருவருக்கும் வேலை பார்த்துக் கொண்டிருந்த வங்கியில் ஆபீஸ ராக பிரமோஷன் கிடைக்க நான்கு





அல்லது ஐந்து வருடங்களாவது வெளியே போக வேண்டிய நிர்ப்பந்தம். வினோத் டெல்லி கேட்க அதிக வடக்கு வேண்டாம் என்று நினைத்து உஜ்ஜயினியும் ஓங்காரேஸ்வரமும் வீட்டுக்காரிக்கும் விதவைத் தாயாருக்கும் கண்ணில் தெரிய போபால் கேட்டுக் கொண்டு வந்திருந்தேன். அதிகக் குளிரும் கடுமையான கோடையும் இல்லாமல் குறைவான ஈரப்பசையுடன் போபால் சொர்க்கமாய்த்தான் தெரிந்தது.

"என்ன பார்க்கிறாய்?" என்றேன் அவனிடமிருந்து பேச்சே கிளம்பாததால்.

"ஏன் விசு உனக்கு நெற்றி இப்படி மேலேறி விட்டது? தலைமயிரின் அடர்த்தியும் குறைந்து விட்டது. ஒரு பத்து வருடங்களுக்குப் பின்னால் உன்னைப் பார்ப்பது போல் இருக்கிறது." வினோதின் கேள்வி வயிற்றில் புளியைக் கரைத்தது. டிரெயின் கிளம்பும் வரை மற்ற ஆபீஸ் செய்திகளைப் பற்றிப் பேசிக் கொண்டிருந்தாலும் வீடு திரும்பும் வரை அவன் சொன்னதுதான் மனதைக் குடைந்துக் கொண்டிருந்தது. அவ்வப்போது தலை வாரும் சீப்புடன் ஒரு சின்னக் கற்றை ரோமங்கள் வெளிவந்து கொண்டிருந்தாலும் இது இயற்கை என்று அசட்டையாக இருந்து விட்டேன். தினந்தோறும் பார்த்துக் கொண்டிருக்கும் மனைவிக்கோ, தாயாருக்கோ இது விளங்கியிருக்காது. நீண்ட நாட்கள் கழித்துப் பார்க்கும் வினோத் போன்றவர்களுக்குத் தானே நம் வளர்ச்சி (?) - மாற்றங்கள் தெரியும்!

சீதாராம்

வீடு திரும்பியவுடன் வினோத் கூறியவற்றை மனைவியுடனும் தாயாருடனும் பகிர்ந்து கொண்ட போது அவர்களும் என்னை முதன் முதலில் கவனமாகப் பார்ப்பது போல் நோக்கினார்கள். "புதுத் தண்ணீர் ஒத்துக் கொள்ளவே சிலருக்கு பல மாதங்களாகும். உனக்குத் தினம் தலைக்குக் குளிக்கும் வழக்கம் சின்ன வயதிலிருந்தே வேறு உண்டு" என்றார் பெருமையுடன் தாயார். அந்த நல்ல வழக்கத்தை நாளை முதல் விட்டு விட்டு வாரத்திற்கு ஒருநாள் தலையை நனைத்தால் போதும் என்று முடிவு கட்டினேன்.

கண்ணாடி முன் நின்று முகம் பார்க்கவே மறுநாள் முதல் தயக்கமாய் இருந்தது. சீப்பின் பெரிய பல் பகுதியை மட்டும் பயன்படுத்திக் கவனமாக வாரத் தொடங்கினேன். ஒன்றிரண்டு மயிர்கள் உதிர்ந்தாலும் குடலே வெளிப்பட்டது போல் உணர்வு. முன்பெல்லாம் மாதம் ஒருமுறை சலூன் செல்லும் வழக்கம் இருந்தது. இப்போது எப்போது கடைசி முறை சென்றேன் என்றே நினைவில் இல்லை. ஏன் வினோத் சொல்வதற்கு முன்பே புரிந்து கொள்ளவில்லை என்று என் மீதே ஒரு வெறுப்பு.

ட்யூப் லைட் வெளிச்சம் கீழ் அமர்ந்தால் "உங்கள் மண்டை தெரிய ஆரம்பித்து விட்டது" என்று கலங்கினாள் மங்களம். எந்த மனைவிக்குத்தான் கணவன் வயதானவன் போல் தோற்றமளிப்பது பிடிக்கும்?

அதன் பிறகு தலைக்கு வந்த இந்தத் தலையாய பிரச்னையைத் தீர்க்க மாமியாரும், மருமகளும் வரிந்து கட்டிக்கொண்டு என்னைப் பலிகடாவாக்கினார்கள். அம்மாவின் பங்கிற்கு வாரம் ஒரு முறை தேங்காய் எண்ணெய் மசாஜும், பத்தியச் சாப்பாடும் தொடங்கியது.

வாராந்திரப் பத்திரிகைகளில் வெந்தியம், கறிவேப்பிலை, ஓமம், மருதாணி என்று ஒவ்வொன்றின் மகிமையையும் படித்த மங்களம் மாற்றி மாற்றி அனைத்தையும் பொடியாக்கவும், பசையாகவும் செய்து என் தலையில் தடவத் தொடங்கினாள்.

"என்ன விஸ்வநாதன் சார்! தலை நரைக்கத் தொடங்கி விட்டதா? பழுப்பு நிறத்தில் மாறி வருகிறது" என்று ஆபீசில் சிலர் விசாரிக்கவும் தொடங்கினர்.

கன்னங்கரேல் என்று சூடிய மகுடமாய் தலைமயிருடன் இருந்து கொண்டு என்னுள் அவ்வப்போது புகைச்சலைக் கிளப்பிக் கொண்டிருக்கும் பக்கத்துச் சீட்டு திவாரியைத்தான் அரைகுறை ஹிந்தியில் ஒருநாள் விசாரித்தேன்.

பக்கென்று சிரித்த அவன், "சார் பாதி மரபு வழியாக இருக்கலாம். ஆனால் இந்த ஊரில் தண்ணீரில் கால்சியம் குறைவு என்றுதான் வெற்றிலை அதிகம் போடுகிறார்கள். சிலர் புகையிலையும் சுண்ணாம்பையுமே எடுத்துக் கொள்கிற பழக்கமும் உண்டு. யூனியன் கார்பைட் காஸ் துக்க சமாசாரத்திற்குப் பிறகு தண்ணீர் சுத்தப்படுத்தப்படுவதால், ரசாயனக் கலவையும் அதிகரித்து விட்டது என்றும் சொல்கிறார்கள்" என்று முடித்தான்.

நானும் அதன் பிறகு ஒவ்வொரு நாளும் ஈஸிசேரில் அமர்ந்தபடி இரவு உணவிற்குப் பின் கொழுந்து வெற்றிலையில் சுண்ணாம்பு தடவி ருசிக்கையில், கண்கலங்கிய தாயார், "உன்னை இப்படிப் பார்க்கும் போது உன் அப்பாவின் ஞாபகம்தான் வருகிறது. அவருக்கும் வெற்றிலை என்றால் உயிர். அதிக நாள்தான் வாழக் கொடுத்து வைக்கவில்லை' என்று உருகிய போது நான் அப்பாவை போலே இப்போதே வயதானவன் போல்தான் தோற்றம் அளிக்கிறேனோ என்று கதிகலங்கி ஈஸிசேரை விட்டு விட்டு டைனிங் சேரையே பயன்படுத்தத் தொடங்கினேன்.

மாதங்கள் ஓடியும் எந்தவித மாற்றங்களும் வந்ததாகத் தெரியவில்லை. இன்னும் உதிர்ந்து கொண்டிருக்க எப்படி இவ்வளவு முடியிருக்கிறது என்ற வியப்புதான் மிஞ்சியது.

என் தலை அரிப்பையும், சொரியலையும் ஆபீஸில் பார்த்த திவாரிதான் ஒரு நாள், "சார் இது பொடுகுத் தொல்லை மட்டுமல்ல; சோரியாஸிஸ் என்ற



158-ம் பக்க 'கதை கேளு... கதை கேளு...' கதையின் முடிவு :

கணவன் கூறிய பதில் : "நீ எந்த நேரத்தில் எந்த ரூபத்துடன் இருப்பது என்பதை நீதானே தீர்மானிக்க வேண்டும்?!" என்றான் மிக அமைதியாக. கணவனை சோதித்துப் பார்த்த சூனியக்காரி அவனது பதிலில் மனம் குளிர்ந்து காலம் முழுவதும் தான் அழகிய தேவதையாய்க் காட்சி அளிக்கப் போவதாக அறிவித்தாள்!

என்ன கணவன்மார்களே, உங்கள் மனைவிமார்களை தேவதைகளாய்த் திரும்பப் பெற சாவி கிடைத்து விட்டதா?!

பிரச்னையாகக் கூட இருக்கலாம். சருமத் தொல்லைகளுக்கு இந்த ஊரில் அகர்வால் என்று பெரிய டாக்டர் இருக்கிறார். எதற்கும் ஒரு நடை அவரைப் போய்ப் பாருங்கள். என்ன... கன்ஸல்டேஷன் அதிகம். இருநூற்றைம்பது ரூபாய் வாங்குகிறார் என்று கேள்விப்பட்டேன்'' என்றாள் முகத்தைப் பாவமாக வைத்துக் கொண்டு.

"பணம் வரும், போகும். இப்போதே சொட்டையாகி விட்டால் விக்தான் வைத்துக் கொள்ள வேண்டும். கூச்சப் படாமல் வாருங்கள், பார்த்து விட்டு வரலாம்" என்று தேற்றி மங்களம்தான் அழைத்துச் சென்றாள்.

கிளினிக் • நிறைய இருக்கைகளுடன் பெரிய ஆஸ்பிடல் தோற்றம்தான் அளித்தது. அனுமார் வால் போல் ஏற்கெனவே பதிவுசெய்து கொண்ட ஏகப்பட்ட நோயாளிகள் கூட்டம் வேறு; நல்ல டாக்டர்தான் என்று தெம்பு வந்தது. மங்களத்தின் முகத்திலும் திருப்தி நிலவியது. பெயரைப் பதிவுசெய்து கொண்ட உதவியாளர், "டாக்டர் வந்து விடுவார் ஒரு மணி நேரத்தில் உங்கள் முறை வந்து விடும்; அதிகம் காத்திருக்க வேண்டாம்" என்று சொல்லி அமரச் செய்தான்.

வாசலில் கார் வந்து நின்று டாக்டர் இறங்கியதுமே அனைவரிடமும் ஒரு பரபரப்பு. அவர் உள்ளே சென்றதும்தான் சன்னமான குரலில் மனைவியிடம், "டாக்டர் வந்ததைக் கவனித்தாயா?'' என்றேன்.

"பார்த்தேன்! எஸ்டீம் கார், பெரிய டாக்டர்தான்!"

''நான் அதைச் சொல்லவில்லை! டாக்டரை நன்றாகக் கவனித்தாயா?"

"சின்ன வயது, உங்கள் வயதுதான் இருக்கும். பாலஜோதிடம் விருத்யாப்ய வைத்தியம் என்பதெல்லாம் அந்தக் காலத்து நம்பிக்கை. இந்தக் காலத்தில் சிறு வயது டாக்டர்கள்தான் மருத்துவத்தில் புது மாற்றங்களையெல்லாம் படித்து விட்டு வருகிறார்கள். கிளினிக்கில் கூட கம்ப்யூட்டர் வைத்திருக்கிறார் பாருங்கள்" என்றாள் அப்பாவியாக.

நான் நேராக விஷயத்திற்கு வர வேண்டியிருந்தது. "அவர் தலையின் பின்னால் பெரிய முழு நிலா அளவிற்கு வழுக்கை. அவர் எனக்கு என்ன மருந்து தந்து வைத்தியம் செய்யப் போகிறார்? கிளம்பலாம் வா" என்றேன்.

திக்பிரமையுடன் இறுகிய முகத்துடன் மங்களம் வந்து கொண்டிருக்க, "சினிமா தயாரிப்பாளர், நடிகர் ராகேஷ் ரோஷன் போல் மீசையை மட்டும் வைத்துக் கொண்டு தலையை மொட்டை அடித்துக் கொள்ளலாம் என்றிருக்கிறேன்" என்றேன். என் நகைச்சுவையை ரசித்தாளா இல்லையா என்று புரியவில்லை. ஆக மொத்தம், என் 'முடிசூடா' கிளப்பில் என் வயதில் டாக்டர்கள், வக்கீல்கள், வங்கி ஆபீஸர்கள் என்று நிறைய அங்கத்தினர்கள் இருப்பது புலனாகி மனது இலேசானது போல் இருந்தது. அதன் பிறகு முடி பிரச்னைக்காக என் முடியைப் பிய்த்துக் கொள்ள வேண்டிய அவசியமும் எனக்கு ஏற்படவில்லை! ❑



தாஜ்மஹால் வாசலில் ஓர் இனிய தம்பதி!

மனைவி : ஷாஜகான் தன் மனைவிக்காக இந்த தாஜ்மஹால் கட்டினான் பாருங்க. நீங்க என்ன செஞ்சீங்க?

கணவன் : தாலி கட்டினேனே! அது போதாதா?

கற்பனை, ஓவியம் : ஸ்ரீகாந்த்



இந்தியக் குடியரசுத் தலைவர் அப்துல்கலாம் வலியுறுத்திய 7 உறுதிமொழிகள்

1. என் வாழ்நாளில் 5 மாணவர்களையாவது மூன்று ஆண்டுகளுக்கு எனது பொறுப்பில் படிக்க வைப்பேன்.

2. என் வீட்டின் அருகே உள்ள சிறு குளங்களை புனரமைக்கும் பணிகளைச் செய்வேன்.

3. உறவினர்களுடனான அனைத்துப் பகைமைகளையும் விட்டு விடுவேன். நீதிமன்றங்களில் தொடர்ந்த வழக்குகளை வாபஸ் பெறுவேன்.

உலக அமைதிக்கு...

4. ஐந்து பழவகை மரக்கன்றுகளை நட்டு வளர்ப்பேன்.

5. சூதாட மாட்டேன்; போதைக்கு அடிமையாக மாட்டேன்.

6. என் குடும்பத்தில் ஆண் மற்றும் பெண் குழந்தைகளுக்கு சம கல்வி அளிக்கப் பாடுபடுவேன்.

7. நேர்மையாக வாழ்வேன்; ஊழலை ஒழிக்கப் பாடுபடுவேன்.

இந்த ஏழு உறுதிமொழிகளே அப்துல்கலாம் உலக அமைதிக்கு வலியுறுத்தியதாகும். மேலும் இந்த உறுதிமொழியை படிக்கும் 10 சதவிகிதம் பேர் அவற்றில் ஒன்றைப் பின்பற்றினால் நாட்டில் அமைதி நிலவும், சமுதாயம் தழைத்து ஓங்கும் என்று கலாம் கூறுகிறார்.

- எச்.டி. முனவர்ஜஹான்

யுவபாரத சிற்பிகளுக்கு ஓர் அழைப்பு

வாருங்கள்; யுவபாரத சிற்பிகளே, வாருங்கள்
உருவாக்குவோம் நவபாரதத்தை, யுவபாரதத்தை, அப்துல் கலாம் கனவு
காணும் முன்னேறிய பாரதத்தை

அன்பு என்ற விதை விதைத்து
கருணை என்ற பயிர் நட்டு
உதவி என்ற செடிகள் வளர்த்து
சகிப்புத்தன்மை என்ற தடியை ஊன்றி
வீரம் என்ற கம்பியால் வேலியிட்டு
வன்முறை என்ற மிருகத்தை ஓட, ஓட விரட்டுவோம்.
நம் பாரதத் தாயின் காயங்களுக்கு மருந்திடுவோம்
வாருங்கள், யுவபாரத சிற்பிகளே, வாருங்கள்
உருவாக்குவோம் நவபாரதத்தை, யுவபாரதத்தை, அப்துல் கலாம்
கனவு காணும் முன்னேறிய பாரதத்தை

- நாகரத்தினம் ரவிப்பாண்டி



வெற்றிகரமான கணவராகத் திகழ வேண்டுமா, மனைவி மெச்சும் கணவராக வேண்டுமா (ஆஸ்கார் நோபல் கூட சுலபமாக வாங்கிடலாம். மனைவியாவது மெச்சறதாவது.. என அங்கலாய்ப்பது புரிகிறது) கவலையை விடுங்கள். உங்களுக்கெனவே டிப்ஸுகளை வழங்கியிருக்கிறோம்.

ஆடை : வெளியில் போகும் போது, ஆபீஸ் போகும் போது மட்டும் பிரமாதமாக ட்ரஸ் செய்து கொள்ளும் ஆண்கள் வீட்டி லிருக்கும் போது லுங்கி, மடித்துக் கட்டிய வேட்டி, அழுக்கு பனியனு டன் அவதாரமாக இருப்பதேன்? வெளியில் போகும் போது சென்ட் டில் குளித்து விட்டுப் போகும் நபர்கள் ஞாயிறன்று சென்ட், யூடிகோலனுடன் டூ விடுவ தேன்? உங்கள் மனைவியிடம், 'எப்போதும் டீக்கா டிரஸ் பண்ணிண்டா தான் எனக்குப் பிடிக்கும்' என கண்டி ஷனா சொல்லும் நீங்கள் மாத்திரம் மனை விக்குப் பிடித்த மாதிரி ஏன் ஆடை அணியக் கூடாது?

பாடவும் : மனைவியின் புகழ் கண்டிப் பாகப் பாடவும். ஒரு புழுவைப் போல மனைவியை நடத்தாதீர்கள். 'அட, உன்னைப் போல் உண்டா, ரசமா வச்சிருக்கே க்ளாஸ்' 'அது எப்படி உனக்கு மாத்திரம் உருளைக்கிழங்கு இப்படி மொறுமொறுன்னு வருது' 'அபாரம்' என் றெல்லாம் தாராளமாகப் புகழவும். நீங்கள் இரண்டு வேளை பாடினால் நாள் முழுக்க வருடம் முழுக்க பலனோ பலன்தான்! மனைவியின் புகழ் பாட என்ன வெட் கம்?

மௌனம் : உங்கள் மனைவி ஏதேனும் தவறு செய்திருந்தால், செலவு தாராள மாகச் செய்திருந்தால், நீங்கள் ஆபீஸி லிருந்து நெரிசலில் இடிபட்டு வரும் போது வீட்டைப் பூட்டி விட்டுப் பக்கத்து வீட்டு பெரிசுடன் கோயில், சினிமா என்று போனால்... இப்படி சென்ஸிடிவ் வான தருணங்களில் சைலன்டுதான் பெஸ்ட்!

நிக் நேம் : உங்க பெண்டாட்டிக்கென் ஒரு செல்லப் பெயர் வைத்துக் கூப்பிட வும். நமக்குத் தெரிந்த ஒரு வயோதிகர் தன் மனைவியை 'திப்பிலி' என்று அன் பாகக் கூப்பிடுவார். மனைவி இறந்தவு டன் 'திப்பிலி போயிட்டியா' எனக் கதறி அழுதவுடன் அவரு

டன் அழாதவர் இலர்!

சிரிக்கவும் : ஊர் உலகம், பக்கத்து வீடு, கடுவன் பூனை மானேஜர்... என எல்லாரையும் பார்த்து ஒரு நிர்ப்பந்தத்தினால் சிரிக்கும் கணவர்கள், மனைவிக்கு மாத்திரம் சிரித்த முகம் காட்ட மறுப்பதேன்?

நன்றி : மனைவிக்கு தாங்க்ஸ் சொல்லிக் கொண்டே இருக்கவும். உங்களுக்காக ஆயுளுக்கும் சர்வீஸ் கொடுக்கும் மனைவிக்கு 'தாங்க்ஸ்டீ செல்லம்' என மனம் திறந்து பாராட்டலாமே.

சந்தோஷம் : மனைவியை சந்தோஷப்படுத்தலாமே. திடீர் திடீரென சின்னச் சின்ன கிஃப்ட், சர்ப்ரைஸாக ஹோட்டல், சினிமா என அழைத்துப் போய் சந்தோஷத்தைக் கொடுக்கவும்.

ஜோக்கடிக்கவும் : இன்று எந்தப் பெண்ணைக் கேட்டாலும் 'சென்ஸ் ஆஃப் ஹ்யூமர்' உள்ள கணவர்தான் வேண்டும் எனக் கேட்கிறார்கள். கண்டிப்பாக மனைவியிடம் ஜோக்கடிக்கவும். தேடித் தேடி கொழுந்து வெத்தலை, புகையிலை, காய்கறி... என்று அலைகிறீர்கள் அல்லவா? நல்ல நல்ல ஜோக்கையும் தேடிப் பிடிச்சு, படித்து மனைவியிடம் கூறவும். 'எப்பவும் என்னைச் சிரிக்க வச்சுண்டேயிருக்கார்' என மனைவி பெருமிதமாக சொல்லிக் கொள்வார்.

பெஸ்ட் கணவா பெஸ்ட் : நான்தான் பெஸ்ட் கணவன் என மனதில் கூறுவதோடல்லாமல் செயலிலும் காண்பித்தல் நலம்.

குறையொன்றுமில்லை : மனைவியிடம் குறை காணாதீர்கள். தவறு யார் செய்வதில்லை? விட்டுக் கொடுத்து, அட்ஜஸ்ட் செய்து, தன் குழந்தைகளுக்கு ஒரு ரோல் மாடலாக இருக்கலாமே? சிறந்த கணவர் யார் என்று கேட்டால் உங்கள் மகனோ, மகளோ 'என் அப்பா தான்' என பளிச்சென்று தீர்க்கமாகச் சொல்லுமளவுக்கு நீங்கள் இருக்கலாமே... என்ன, செய்வீர்கள்தானே...?

- லதா சேகர்

பாசவலை!

பெட்டிக்கதை

குழந்தைகளுக்குப் பிடிக்குமே என்று தங்கம்மாள் முறுக்கு சுற்றித் தர மருமகள் சீதா பொன்னிறமாகப் பொரித்து அடுக்கி வைத்தாள். "கொஞ்சம் மிக்ஸியில் பொடித்துத் தரட்டுமா?" என்று கேட்ட மருமகளிடம், "எல்லாம் வேண்டியது சாப்பிட்டாச்சு. காடு வா வா என்கிறது" என்று சொன்ன தங்கம்மாளுக்கு இன்னும் சிலவற்றில் நப்பாசை இருந்தது என்பது மருமகளுக்குத் தெரியும்.

களைப்பு மேலிடக் கண்ணயர்ந்து விட்ட தங்கம்மாளைப் பள்ளியிலிருந்து வந்த பேரனும், பேத்தியும் "பாட்டி முறுக்கு சூப்பர்" என்று கறுமுறவென்று சுவைத்தபடியே எழுப்பிவிட, சீதா தந்த காப்பியை வாங்கிக் குடித்தாள்.

இரவு பலகாரம் சாப்பிடும் போது தோசைக்குத் தொட்டுக் கொள்ள அருகிலிருந்த சட்னியை எடுத்த தங்கம்மாள், "என்ன சட்னி? நிறம் ஒரு மாதிரி இருக்கே?" என்று வினவ மருமகள் சிரித்த நமுட்டுச் சிரிப்பின் பொருள் சட்னியைச் சுவைத்ததும் புரிந்தது. தங்கம்மாள் கண்களில் இலேசாகக் கண்ணீர் துளிர்த்து விட்டதைக் கண்டு பதறிய சீதா, "குழந்தைகளுக்குப் பிடிக்கும் என்று இத்தனை முறுக்கையும் நீங்களே செய்தீர்கள். உங்களுக்கு ரொம்பப் பிடித்ததும் ஆனால் கடித்துச் சாப்பிட முடியாததுமான மாவடுவை மிக்ஸியில் அரைத்துச் சட்னியாக்கினேன் தப்பாம்மா?" என்று ஆதுரத்துடன் சொல்ல, தங்கம்மாளின் சிரிப்பு சொன்னது மௌனமான ஒரு தாங்க்ஸ்.

இந்தப் பாசவலை கூட்டுக்குள் தனக்கும் ஒரு வலையைப் பின்னிக் கொண்டிருந்தது சுவரின் மூலையில் ஒரு சிலந்தி!

- சாரதா





• நாச்சியப்பன்

வானொலி என்கிற சொல்லே வழக்கொழிந்து போனது சில வருடங்களுக்கு முன்பு. ஆனால், இப்பொழுது நிலைமை தலைகீழ். 'இது செம ஹாட்டு மச்சி' என்று பட்டையைக் கிளப்பிக் கொண்டிருக்கிறார்கள் ரேடியோ ஜாக்கிகள் எனும் வானொலி தொகுப்பாளர்கள். 'ரேடியோ ஜாக்கி' என்கிற தொழிலை முழு நேரமாக எடுத்துக் கொண்டிருக்கிறார்கள் இன்றைய இளைஞர்கள். இந்த ரேடியோ ரோமியோக்களைச் சந்தித்து இவ் வேலையைப் பற்றிக் கேட்டறிந்தோம்.

செந்தில் :

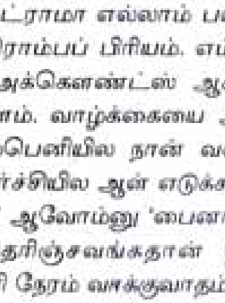
காலேஜ்ல மிமிக்ரி, ட்ராமா எல்லாம் பண்ணியதால அடுத்தவங்களை சந்தோஷப் படுத்தறதுல எனக்கு ரொம்பப் பிரியம். எம்.பி.ஏ. (பைனான்ஸ்) முடிச்சு நேரா HDFC வங்கியில ஜூனியர் அக்கௌண்ட்ஸ் ஆஃபீசரா வேலைக்குச் சேர்ந்தேன். பெரிய கம்பெனி. நல்ல சம்பளம். வாழ்க்கையை அப்படியே ஓட்டியிருக்கலாம். ஆனா, ஏற்கெனவே வளர்ந்த கம்பெனியில நான் வளர்றதுக்கு ரொம்ப நாளாகும்னு யோசிச்சப்பதான் ரேடியோ மிர்ச்சியில ஆள் எடுக்கறதா கேள்விப்பட்டேன். புது கம்பெனியில சேர்ந்தா நாமும் 'க்ளிக்' ஆவோம்னு 'பைனான்ஸ்' பாணியில யோசிச்சது க்ளிக் ஆச்சு.

பேச்சுக் கலை தெரிஞ்சவங்கதான் இந்தத் துறையில ஜொலிக்க முடியும். இன்டர்வ்யூல ஒரு மணி நேரம் வாக்குவாதம் பண்ணி என்னைத் தேர்ந்தெடுத்தாங்க. நீங்க நீங்களா இருந்தா இந்தத் துறையில நிச்சயம் ஜெயிக்கலாம்.

நாச்சியப்பன் :

எனக்கு இந்த மீடியா துறை மேலே எப்பவும் ஒரு கண்ணு இருந்துட்டே இருந்தது. அதனால தொழில்நுட்பக் கலைஞரா திரைக்குப் பின்னாடி வேலை செய்யறதுக்காக **'SAE'** இன்ஸ்டிடியூட்ல ஆடியோ இன்ஜினியரிங் பண்ணினேன். அப்படியே ரேடியோ மிர்ச்சியில ஆடியோ இன்ஜினியரா தேர்வானேன்.

ரேடியோ





• செந்தில்

எங்க அலுவலகத்துல எப்படின்னா எல்லோரும் எல்லா வேலையும் செய்வோம். அதாவது ஒரு குடும்பம் மாதிரி. இப்படித்தான் நானும் ஒரு சந்தர்ப்பத்துல ஒரு நிகழ்ச்சியைத் தொகுக்க வேண்டிய கட்டாயம் வந்தது. அவ்வளவுதான். தொடர்ந்து ரேடியோ ஜாக்கியாகவும் வேலை செய்னு சொல்லிட்டாங்க.

நான் ரொம்ப கூச்ச சுபாவம் உடையவன். ஆனா முகமறியாத நேயர்களுக்காக வேலை செய்யும் போது பொறுப்புணர்வும் தைரியமும் தானா வந்துடுது. நிறைய பிரபலங்களை பேட்டி எடுத்திருக்கேன். சென்னை முழுக்க சுத்தி அதன் அரிய தகவல்களை நேயர்களோட பகிர்ந்துக்கறேன். இன்னைக்கு அரசாங்கம் கூடுதலா 200க்கும் மேற்பட்ட எஃப்.எம்.களுக்கு அனுமதி கொடுத்திருக்கு. வளமான எதிர்காலம் உள்ள துறை இது.



• சிவா

சிவா :

என்னை எல்லோரும் 'பத்தாம் க்ளாஸ் டாக்டர்'னு சொல்றாங்க. ஆமாங்க. நான் பத்தாவது வரைக்கும்தான் படிச்சிருக்கேன். தினமும் இரவு 11 மணியானால் போதும், காதல்ல குழம்பிப் போயிருக்கறவங்களுக்கு காதல் டாக்டரா இருந்து அவங்க பிரச்னையைத் தீர்த்து வைக்கிறேன். என்னங்க எனக்கு எப்படி இதுல அனுபவம்னு கேக்கறீங்களா? இ ல் லை

ரோமியோக்கள்!

இ ல் லை பட்டறிவு எதுவும் இல்லை. எல்லாம் அங்கே இங்கே கேட்டதுதான்.

மேஜிக் லண்டன், லிட்டில் தியேட்டர்ஸ்னு இங்கிலீஷ் கூத்துப்பட்டறைகள்ல என் நடிப்புத் திறமையைக் காண்பிச்சிட்டிருந்தேன். அப்போ மிர்ச்சியில ஆள் எடுத்திட்டிருந்தாங்க. இன்டர்வியூவுல ஜுராஸிக் பார்க் டினோசரை நம்ம சூப்பர் ஸ்டார் எப்படி சமாளிச்சிருப்பாருன்னு லூஸ் மாதிரி பேசினேன். எல்லோரும் அதை ரசிக்க ஆரம்பிச்சுட்டாங்க.

மிர்ச்சியில எந்த விஷயமாயிருந்தாலும் நகைச்சுவையா சொல்வோம். ஜாலியா நேயர்கள்கிட்ட பேசறதுக்கு சம்பளம் தர்றாங்கங்கிறது கொடுப்பினையான விஷயம். அதே சமயம் எங்களுக்கு இன்னொரு சம்பளமும் கிடைக்குதுங்க. அதான், நேயர்களோட பாராட்டும், வாழ்த்துக்களும்.

• **சநகன்**; படம் : **பப்பி**

அட்டையில் :

ரேடியோ ரோமியோ 'சிவா'

புதியவை அறிமுகம்

இப்போது விற்பனையில்...



மூன்று சி.டிக்கள் அறிமுகம்

பெப்பிள்ஸ் பிராண்ட்டின் யோகா, சத்திரபதி சிவாஜி வீரர் மற்றும் 750 வகை சுவையான இந்திய உணவுகளின் செய்முறைகள் ஆகிய மூன்று சி.டிக்களும் சமீபத்தில் சென்னை சி.டி. கண்காட்சி ஒன்றில் வெளியிடப்பட்டன. இந்த மூன்று சிடிக்களையும் கம்ப்யூட்டர், வி.சி.டி. மற்றும் டி.வி.டி. பிளேயர்களில் போட்டுப் பார்க்கலாம். தமிழ், ஆங்கிலம் ஆகிய இரு மொழிகளிலும் இயங்கும்படி இவை வடிவமைக்கப்பட்டுள்ளன. ஒரு சி.டி.யின் விலை தலா ரூ. 99 ஆகும்.

(டவ் மல்டி மீடியா பிரைவேட் லிட், #50 மார்ஷல்ஸ் ரோடு, லட்சுமி நிவாஸ் அபார்ட்மெண்ட்ஸ், எழும்பூர், சென்னை - 600 008)



குழந்தைப் பாடல்கள்

26 தமிழ்ப் பாடல்கள் அடங்கிய நர்ஸரி ரைம்ஸ் சி.டி.யை சாப்ட்வ்யூ கம்பெனி வெளியிட்டுள்ளது. குழந்தைகளுக்குக் கண்ணைப் பறிக்கும் அளவில் அழகான கார்ட்டூன் சித்திரங்களின் அனிமேஷன் மனதை கொள்ளை கொள்கிறது.

விலை ரூ. 199/-

(சாப்ட்வ்யூ, 118, நெல்சன் மாணிக்கம் ரோடு, மேத்தா நகர், சென்னை - 29)

ஆரோக்கியமான இருதயத்திற்கு...

வேதமந்திரங்களை காதால் கேட்டாலே மன அழுத்தமும், டென்ஷனும் குறைந்து போகும் என்கிறது ஓஜஸ் பவுண்டேஷன். இதைப் பற்றி நிறைய ஆராய்ச்சி செய்து வரும் இந் நிறுவனம் தற்போதைய அவசர உலகிற்குத் தேவையான டென்ஷன் குறைக்கும் புதிய மந்திரத்தை கண்டுபிடித்துத் தந்துள்ளது. மன அழுத்தத்தைக் குறைத்து இருதயத்திற்கு பலம் தரும், வேதமந்திர ஒலிகளை பதிவு செய்து 'ஆரோக்கியமான இருதயத்திற்கு' என்கிற ஒலி நாடாவாகக் கொண்டு வந்துள்ளது. மிதமான இசைப் பின்னணியில் ஒலிக்கும் வேதமந்திரங்கள் மனதை இலகுவாக்கி இருதயத்தை பலப்படுத்துகிறது!



விலை ரூ. 295/-

(ஓஜஸ் பவுண்டேஷன், 22/2, ஜட்ஜ் ஜம்புலிங்கம் ரோடு, மயிலாப்பூர், சென்னை - 4)



மணமகள் தேவை

◆ Iyer, Brahacharanam, Hastham, Bharadwajam, B.Sc., SPIC, Tuticorin, 9000/- seeks preferably employed suitable girl. Own house at Chennai. Contact Ph : 0461-2357011, M.M. Dhandapani. Box No. 11624

◆ Wanted bride for Iyer, Kashyabha, Karthigai, Brahacharanam, 1973, 5.9', B.Com., (MBA), Asst. Manager, BPL Telecommunication, Bombay - 3 lacs p.a. preferably employed/employable girl. Subsect no bar. Contact : 044/22455106. Box No. 11625

◆ Alliance invited for Iyer boy (Sangrithya Gothram, Purattathi) Software Consultant, 37, 5.3', Legal issueless divorcee. USA Green Card. From Brahmin unencumbered divorcees. Box No. 11626

◆ Iyer, Gurukkal, Koushikam, Ayilyam (4th pada), 29/164, B.E., MCSC - I.T. Manager, UK Company at Chennai seeks suitable graduate well employed girl. Contact : Madurai - Ph : 2606457. Box No. 11627

◆ ஐயர், பிரஹசரணம், ஆத்ரேய திருவோணம், 34, 5.8', எம்.காம்., ICWA Inter தனியார் கம்பெனியில் வேலை செய்யும் பையனுக்கு பட்டதாரி பெண் தேவை. உட்பிரிவு சம்மதம். ஜாதகத்துடன் அணுகவும். பெட்டி எண் : 11628

◆ தென்கலை, ஆத்ரேயம், உத்திரட்டாதி, 38, 5.7, B.A. D.P.T., 15,000 சொந்த வீடுள்ள, சொந்தமாக தொழில்புரியும், மாநிறமான பையனுக்கு, 10வது/+2 படித்த மணமகள் தேவை. ஃபோன் : 044-22552558 செல் : 9444147399 பெட்டி எண் : 11629

◆ Iyer, Athreyam, Brahacharanam, Revathi, 5.6', 27 years, fair, good-looking, M.Sc., MBA working in UTI Bank, seeks suitable girl with good farnily background. Subsect no bar. Aged upto 23. Ph : 22630616 Box No. 11630

◆ Iyer, Vadama, Viswamitram, 28, Visagam(2), Graduate, Diploma in Hotel Management, BOP, MNC, seeks good-looking graduate, Employed girl. Contact : 954114-262458/9884032219 Box No. 11631

◆ Iyer, Aathreya, Chathayam, Suddhajathakam 34.170, Diploma in Mech-Engg. Mumbai based, Sr. Mktg. Mgr seeks graduate girl from decent family. Parents Contact with horoscope. Box No. 11632

◆ ஐயர், வடமான், ஸ்ரீவத்ஸ, கேட்டை, 32/5.10', பி.ஈ., சென்னையில் கம்ப்யூட்டர் இன்ஜினியராகப் பணிபுரியும் சுத்த ஜாதக வரனுக்குத் தகுந்த பட்டதாரி/வேலையுள்ள/இல்லாத குறைந்தபட்சம் 3 வயதாவது குறைவான மணப்பெண் ஜாதகத்துடன் விண்ணப்பிக்கவும். ஃபோன்:044/22790875 பெட்டி எண் : 11633

◆ ஐயர், கர்கா கோத்திரம், பூசம், 43, எம்.எஸ்ஸி., வங்கியில் பணி, 20,000/- குடும்பப்பாங்கான பட்டதாரி பெண் தேவை. உட்பிரிவு சம்மதம். பெட்டி எண் : 11634

◆ Iyer, Vadama, Bharadwaja, Krithigai, Rishabha Rasi, 28/175cm, June 1977, B.A.B.L., ACS MBA (U.S.) seeks good-looking girl, qualified employed willing to go abroad. Subsect acceptable. Boy presently employed in New Jersy. Ph:044-5216 5522 Box No. 11635

◆ ஐயர், வடமான், விஸ்வாமித்ர கோத்திரம், 5.12.1974, ஆயில்யம், கடக ராசி, சீனியர் சாஃப்ட்வேர் இன்ஜினியர், மாத வருமானம் ரூ. 50,000/- குடும்பப்பாங்கான பெண் தேவை. வேலைக்குச் செல்லாதிருப்பது நலம். தொடர்புக்கு தொ.பே.எண் : 22292369 பெட்டி எண் : 11636

◆ தமிழ் ஐயர், சுக்லயஜுர், மௌத்கல்யம், அவிட்டம், கும்பம் பனிரெண்டில் (கடகத்தில்) செவ்வாய் ஜூலை 1974/174/10,000 வங்கிப்பணி சொந்த வீடுள்ள பையனுக்கு நல்ல குணமுள்ள குடும்பப்பாங்கான மணப் பெண் தேவை. உட்பிரிவு சம்மதம். vinayaka_as@sancharnet.in பெட்டி எண் : 11637

அறிவிப்பு : திருமணமலர் பகுதிக்கு வருகின்ற விளம்பரங்களில் மங்கையர் மலரின் கோட்பாடுகளுக்கு இசைவில்லாத வார்த்தைகள் இடம்பெறுமானால் அதனை மாற்றவோ நீக்கவோ, ஆசிரியருக்கு உரிமையுண்டு.

◆ Tamil Iyer, Vadamal, Koundinya, Visakam-I, BE, MBA (IIMA), 1974/178 employed in Top IT Company, seeks Vadamal, professionally qualified, PG working girl preferred 26 to 28. Ph : 22347616. Box No. 11638

◆ ஐயர், பிரஹசரணம், பாரத்வாஜம், வயது 35, திருவோணம் தனியார் வேலை ரூ. 3500/- பையனுக்கு குடும்பப்பாங்கான வேலைக்குச் செல்லும் பெண் தேவை. எளிய திருமணம். பெட்டி எண் : 11639

◆ ஐயர், வடமாள், ஹரிதம், வயது 45, பட்டதாரி உத்திராடம், தனியார் வேலை ரூ. 3500/- சொந்த வீடுள்ள வரனுக்கு குடும்பப்பாங்கான வேலைக்குச் செல்லும் வடமாள் பெண் தேவை. எளிய திருமணம். பெட்டி எண் : 11640

◆ Tamil Iyer, Vadama, Srivatsam, Mirugaseersham, M.Com., M.B.A., 33/180, Accounts Officer, MNC, Rs. 20,000/- seeks decent family oriented Girl. Ph : 044-24991562 Box No. 11641

◆ Iyer, Vadama, 42 years, Bachelor, Young looking, Srivatsa, Uthiradam, employed in Pvt. Sector, Salary Rs. 15,000/- p.m. & Agent Life & Non-life Insurance seeks a suitable employed girl. Apply with family details to Box No. 11642

◆ Vadamal, Naithruvakasyaba, Krithika, 32, 5.6' fair, Tripple P.G. working as HR Manager with family status at Sharjah based Ltd. Co., only son, seeks suitable bride with minimum graduation. Ph : 044-22440007 Box No. 11643

◆ **Iyer, Brahacharanam, Avittam-I, Shadamarshana, 27/187cm, B.E. Asst. System Engineer, TCS seeks Software Engineer, (preferably TCS) girl Contact Ph :(044) 22271137 Box No. 11644**

◆ **Iyer, Vadamal, Athreyam, Thriuvadirai Ist, 27/5.11', B.E., ECE, 27,000/- Senior Engineer, Cochin, Airtel (Bharti Infotech Ltd) seeks suitable graduate bride. Contact with horoscope. Ph : 044-24896091 Box No. 11645**

◆ ஸ்மார்த்த கன்னடா ஐயர், காஸ்யபம், கிருத்திகை, 31, 6 அடி, எம்.எஸ்ஸி., (கம்ப்யூட்டர்) சென்னையில் வெளிநாட்டு சாஃப்ட்வேர் கம்பெனியில் வேலை. நல்ல குடும்பப் பாங்கான பட்டதாரிப் பெண் தேவை. ஃபோன்: 044-2232 2438 பெட்டி எண் : 11646

◆ Iyer, 29, 5.6', Brahacharanam, Koundinyam, Tiruvonam, M.Com., Residential New Zealand Visa Holder, Cashier Rs. 75,000 p.m., Qualified in Software, Hardware seeks graduate good looking girl, below 26 years from decent family. Subsect no bar. Reply with horoscope and photo (returnable) Contact : 040-27808555 or 040-27795468 Cell : 9440094187 Box No. 11647

◆ ஐயர், வாத்திமாள், பாரத்வாஜ கோத்திரம், மூலம், 38 வயது, 10ம் வகுப்பு, சொந்த பிஸினஸ், ரூ. 10,000/- மாத வருமானம், ஐயர்/ஐயங்கார்/தெலுங்கு/மலையாள/குருக்கள்/கன்னட, பிராமின் மணமகள் தேவை. அணுகவும். பெட்டி எண் : 11648

◆ ஐயர், வாத்திமாள், ஹரித கோத்திரம், உத்திராடம், 39 வயது, பி.காம்., வங்கி வேலை, சென்னை சம்பளம் 16,000/- சொந்த வீடு, சொரியாசிஸ் உள்ளது. தகுந்த மணமகள் தேவை. பிராமணரில் எப்பிரிவினரும் சம்மதம். பெட்டி எண் : 11649

◆ ஐயர், வடமாள், கௌண்டன்யம், ஆயில்யம் 4ம் பாதம், 26, 168 செ.மீ., B.E., Infosys, சென்னை, சிவப்பான பையனுக்கு பட்டதாரி பணிக்குச் செல்ல விருப்பம் இல்லாத மணப்பெண் தேவை. ஃபோன்: 2461 1590 பெட்டி எண் : 11650

◆ Kousiga, Thiruvadhirai, Tanjore Iyer, +2/43/168 cm, Tamil Speaking Palghat settled, well established family Business Rs. 20,000/- p.m., seeks good-looking girl around 36, Simple marriage. No demand. Contact : 044-22481710 0491-2544418 Box No. 11651

◆ Vadamal, Srivatsam, Moolam, 32, 5.6', Sr. Engineer in MNC Chennai 3.5 lac p.a. seeks graduate good-looking girl from decent family. Contact : 044-2248 3899 Box No. 11652

◆ ஐயர், வடமாள், ஆத்ரேய, பரணி, 37/165 லிமிடெட் கம்பெனி, படித்த குடும்பப் பாங்கான வடமாள் பெண் தேவை. ஃபோன் :04344-267368 பெட்டி எண்: 11653

◆ ஐயர், வடமாள், கௌண்டின்யம், மூலம், பி.ஈ.(மெக்.) 30/5.8', ஹாஸ்பெட்டில் **Reliance Franchisee** மற்றும் **Hindustan Petroleum gas** ஏஜென்ஸி பார்ட்னரான வரனுக்கு தகுந்த மணமகள் தேவை. ஃபோன்:0422-231 7597 பெட்டி எண்: 11654

◆ கார்காத்தார் (சைவப் பிள்ளை) சாத்தகுட கோத்திரம், ரேவதி நட்சத்திரம், மீன ராசி 28/5.7' 10,000/- Monthly Income, Digital Stuido & Video (proprietor) Stinger in DD Pothigai - Chenglepat Dist. படித்த பட்டதாரி மணப்பெண்

திருமண மலர் பகுதியில் இடம்பெறும் விளம்பரங்கள் அனைத்தும் விளம்பரம் செய்பவர்களின் கையொப்பத்துடன் ஏற்றுக் கொள்ளப்படுகின்றன. மணமகள் அல்லது மணமகன் பற்றிய வயது, வருமானம், அந்தஸ்து உள்ளிட்ட இதர விவரங்கள் விளம்பரதாரர் தரும் குறிப்புகளின் அடிப்படையில் பிரசுரிக்கப்படுகின்றன. இந்த விவரங்களைக் கொண்டு தொடர்பு கொள்ளும் பெற்றோர்கள் அவை சரியான விவரங்களா என்று தனிப்பட்ட முறையில் விசாரித்து உறுதிசெய்து கொள்வது நல்லது. மேலும் வாழ்க்கைத் துணையைத் தேர்ந்தெடுக்கும்பொழுதே மருத்துவப் பரிசோதனையும் மேற்கொண்டால் பிறவிக் குறைபாடுகளுடன் குழந்தைகள் பிறப்பதைத் தடுக்கலாமே!

- பதிப்பாளர், மங்கையர் மலர், சென்னை 600 032

தேவை. மொபைல் ஃபோன்:9444348410 : 9443193519. பெட்டி எண் :11655

◆ Wanted a suitable girl for Iyer, Vadama, Srivatsa Gothram, Ayilyam II Padham, 37, B.Sc., Graduate well settled owning a Pharmacy and Computer Centre at Srirangam, Trichy earning about 20,000 per month. Contact with Jadhagam & Other details to Box No. 11656

◆ Iyer, Vadama, Kousika, Visakam-2, fair, 1977/178, B.Sc., MBA, Software MNC Chennai, 5 lacs p.a, Own House seeks fair Vadama girl Contact : 0877-2234944 Box No. 11657

◆ Iyer, Vadamal, Kowsikam, Visakam 33/6.3' Slim, Wheatish, BE, MBA, PGDFM, MCAD ACAM, employed 'ETON' Pune Design Engineer 2.50 lakhs per annum seeks graduate employed/unemployed Vadama bride. Contact : 044-22270820 Box No. 11658

◆ Iyer, Vadama, Vathoola, Punarpoosam, 37, Draftsman, unmarried, Propertied Teetotaller, Lovable, Handsome, parents Central Pensioners. Seeks suitable bride, Considering Economic View, employed self supportive, young widows/ Divorcees/Handicapped, No complex feelings. Ph : 2616 3890 Box No. 11659

◆ கௌசிக வடமாள், பூரம், 40/5.5' B.Com., PGDCA, ERP, மும்பையில் Senior Software Consultant மாத வருமானம் ரூ. 50,000/- மும்பையில் சொந்த வீடுள்ள வரனுக்கு தகுந்த மணமகள் தேவை. உட்பிரிவுகள் சம்மதம். தொடர்பு தொலைபேசி 2445 2885/ 9444037277/94440 24626. பெட்டி எண் : 11660

◆ வயது 31, நைத்ருப காச்யப, வடமாள், மகம், பி.ஈ., உயரம், 5.11', நல்ல வேலை, நல்ல சம்பளத்திலுள்ள பையனுக்கு தகுந்த மணமகள் தேவை. உட்பிரிவுகள் சம்மதம். பெட்டி எண் : 11661

◆ இந்து நாடார், வயது 49, திருமண மாகாதவர், பாங்க் உத்தியோகம் உள்ளவருக்கு படித்த, குடும்பப்பாங்கான, இந்து மணமகள் 35 வயதுக்கு மேல் தேவை. ஜாதி தடையில்லை. தொடர்புக்கு : email:navnitkrish@yahoo.co.in பெட்டி எண் : 11662

◆ சீர்கருணீகர் கிருத்திகை, 28, பி.ஈ. கம்ப்யூட்டர், Business Solutions Manager/ அபுதாபி, UAE, சுத்த சைவம் பையனுக்கு பொறியியல் பட்டம் பெற்ற சுத்த சைவ மணமகள் தேவை. Email:raj@granite.ae Box No. 11663

◆ Iyer, Vadama, Bharadwajam, Poosam-I, 34/5.10', Looks young, B.Com., employed Tata Group (Hyderabad) over 9 years, 38,000/- p.m. seeks employed/unemployed bride from decent family. Subsects no bar. Contact : 044-2247 8204/040-5566 4433 Box No. 11664

◆ ஐயர், ஸ்ரீவத்ஸம், வாத்திமாள், ஆயில்யம் (3) 31/160 செ.மீ., (எம்.காம்) 15,000/-+ மும்பையில் நல்ல பணியில் உள்ள பையனுக்கு வேலைக்குச் செல்லும்/வேலைக்குச் செல்ல விருப்பமுள்ள பெண் தேவை. உட்பிரிவு சம்மதம். ஃபோன்: 044-2232 2505 பெட்டி எண் : 11665

◆ ஐயர், வடமாள், ஸ்ரீவத்ஸம், மூலம், 10/1969, 5.3' +2 சென்னையில் தொழில் செய்யும், மாதம் ரூ. 10,000/- வருமானம் உள்ள பையனுக்கு. 10வது/+2/பட்டம் படித்த வேலையில் உள்ள/இல்லாத பெண் தேவை. உட்பிரிவு சம்மதம். எஸ். லெக்ஷ்மி நாராயணன் - 2231 7710 பெட்டி எண் : 11666

◆ Iyer, Brahacharanam, Athreya, Pooram, 27/6', Software Engineer, Bangalore, 50,000/- seeks good looking Tamil Iyer Girl. Contact : Ph : 044-2244 1451 Box No. 11667

◆ 34 வயது, இந்து, +2 முடித்த பையனுக்கு, உடல்நலக் குறைவு காரணமாக இல்லற வாழ்க்கையில் ஈடுபட முடியாத பையனுக்கு அதே போல இல்லற வாழ்க்கையில் ஈடுபட இயலாத, குறையுடைய இந்து மணமகள் தேவை. எதிர்பார்ப்புகளை எதிர்பார்க்காத பெண் தேவை. பெட்டி எண் : 11668

◆ Iyer Boy, Brahacharanam, Sankruthi, Pooradam, 175 cm, 1976, US employed, D.E.E.E. and many valuable computer network Security Certifications connected with job, good position, adjustable nature, seeks educated girl. Ph : 2445 6429 before 9 A.M. Subsect no bar. Box No. 11669

◆ Thengalai, Srivatsa, Punarvasu IVth padam, M.Com., 5.7', very fair, 28/15,000, suddha Jatakam, seeks fair, qualified, employed, good-looking, home-loving girl. Ph : 044-22273200 Box No. 11670

◆ 18 வாத்திமர், பாரத்வாஜம், அனுஷம், B.Sc., HDSE (MCA), 28/174 cm, ஐயர், சிங்கப்பூரில் சாஃப்ட்வேர் கம்பெனியில் பணிபுரியும் வரனுக்கு கம்ப்யூட்டர் கோர்ஸ் படித்த, நல்ல தோற்றமுள்ள, குடும்பப் பாங்கான பெண் தேவை. ஃபோன்: 0435-2423577 பெட்டி எண் : 11671

◆ Madhwa Desista Brahmin, Jamadagni Gothram, Krittika 2 padam, 29 years, 6 ft. 4", professionally qualified (B.Com.,/CA/ ICWA) Mumbai based seeks professionally qualified or graduates wkg Madwa girl. (no bar for Kanada) Reply to Box No. 11672

◆ Iyer, Brahacharanam, Bharathwajam, Purattathi, 1975, 180cm MFC, MSCIT MNC Chennai Rs. 5 Lakhs per annum seeks good-looking qualified employed girl. Subsect no bar. Contact Ph : 24454997 Box No. 11673

◆ Well settled Vadamal Iyer Chandilya Swathi 30/AMIE/5.10', working at Mumbai. Rs. 25,000/-p.m. seeks graduate girls. Subsect no bar. Contact : 11674

◆ Iyer, Vadamal, Haritham, Magam, 29, 6.2', B.Sc., doing PGDBM, employed in Essar Oil Ltd., in Mumbai with decent salary. Seeks suitable graduate employed/unemployed girl. Subsect no bar. Phone : 022-26777313 044-2441 2120. Box No. 11675

◆ Iyer, Brahacharanam, Athreya, Hastham, 31/ 5.7, B.Com., (B.L., MBA), well employed seeks graduate, employed/unemployed girl. Contact : 2475 2069/94441 59808. Box No. 11676

◆ Iyer, Vadamal, Athreyam, Rohini, 29, 5.5', M.A. Abroad return, boy seeks suitable girl. 044-2248 3251, 98413 22780. Box No. 11677

◆ மாத்வ கன்னட அரவத்து வக்குது ஜமதக்னி மூலம், 33, 5½', B.Com., (Hons) ICWA (Inter) பிரைவேட் கம்பெனி, பெங்களூரில் வேலை பார்க்கும் ரூ. 10K வரனுக்கு குடும்பப்பாங்கான மணமகள் தேவை. ரங்கனாதன், ஃபோன்: 080-2655 8746 email:venkatesh339@yahoo.com Box No. 11678

◆ Iyer, Brahacharanam, Athreya, Thiruvadhirai (3 pada), 28/5.9', 2 Lakhs per annum, B.Com., (LLB) Central Govt. seeks employed/employable bride. Contact : pnraman2004@yahoo.co.in or 011-26168038, 044-52100856 Box No. 11679

◆ Tamil Iyer Boy, Vadamal, Koundinya, Visagam, 35 years, 175 cm, DME, Industry Rs. 25,000/-p.m. Subsect acceptable, employed/unemployed bride. Box No. 11680

◆ Iyer, Brahacharanam, Bharatwajam, UthiramIV well natured 45/162, M.A. Mumbai, Mars in 7th, 25,000/- per month seeks employed girl. Subsect no bar. Slightly handicapped acceptable. email: balajiiyer106@rediffmail.com Box No. 11681

◆ Iyer, Srivatsa Boy, Bharani 30/178 B.Com., (MCA) Private concern seeks alliance from any Brahmin Community. Phone : 044-5537 1693 Box No. 11682

◆ வடகலை ஐயங்கார், பாரத்வாஜம், உத்திரட்டாதி, 29, பம்பாயில் பணிபுரியும் செவ்வாய் தோஷமுள்ள வரனுக்கு தகுந்த மணமகள் தேவை. ஃபோன்:0251-287 027, 04115-253290. பெட்டி எண் : 11683

◆ ஐயர், பிரஹசரணம், கௌண்டின்யம், உத்திரட்டாதி 3ம் பாதம், 40 வயது. ரூ. 10,000/- மாத வருமானம், தனியார் நிறுவனம், சொந்த Flat, பம்பாயில் பணி புரியும், எந்த கெட்ட பழக்கமும் இல்லாத, சட்டப்படி விவாகரத்தான வரனுக்கு, குடும்பப்பாங்கான, எளிய குடும்பத்தைச் சேர்ந்த Orthodox கொள்கைகளில் நம்பிக்கையுள்ள, கல்யாணம் ஆகாத பெண்ணாக இருந்தாலும், குழந்தையற்ற சட்டப்படி விவாகரத்தானவர்கள், குடும்பத்தில் அனுசரித்து செல்லும்படியான பெண் தேவை. முகவரி : (0431)-2614 898 மொபைல்:(0) 9322689061 பெட்டி எண் : 11684

◆ Iyer, Vadama, Bharathwaj Boy, (M.Sc., IT) 26, working as Executive in Pondy (P) Firm drawing Rs. 8000/- Required a good and desirable bride. Phone : 04147-225251 Box No. 11685

◆ அமெரிக்காவில் இன்ஜினியராக நிரந்தரப் பணியில் இருக்கும் ஐயர், வடமாள் 180 செ.மீ., 1.8.77 DME, DPM பையனுக்கு படித்த மணமகள் தேவை. உட்பிரிவுகள் சம்மதம். பெட்டி எண் : 11686

◆ ஐயர், பிரஹசரணம், ஆத்ரேய கோத்திரம், ரோஹிணி-2, 1974/5.7', B.E., (ECE), Asst. Project Manager ஆகப் பணிபுரியும் சாஃப்ட்வேர் இன்ஜினியர் வரனுக்கு பிரஹசரணம் அல்லது வடமாள் பிரிவைச் சேர்ந்த வேலை யிலுள்ள/இல்லாத குடும்பப் பாங்கான பட்டதாரி மணப்பெண் தேவை. தென் மாவட்டத்தைச் சேர்ந்த பெண் ஜாதகங்கள் வரவேற்கப்படுகின்றன. ஃபோன்: 044-2265 2408. பெட்டி எண் : 11687

◆ ஐயர், வடமாள், வாதூலம், பி.காம்., வயது நாற்பது, பிஸினஸ், ரூ. 5000 நற்பண்புள்ளவர், வேலை பார்க்கும் பெண்ணுக்கு முன்னுரிமை. 98422-10947 பெட்டி எண் : 11688

◆ Iyer, Vadamal, Naithrubakasyabam, Uthirattadhi, V.fair, 5.6', 29, DME (B.S) Bits Pilani MNC Madras Rs. 30,000/- seeks qualified fair, good-looking girl. Subsect no bar. 044-22325192 - 55215042. Box No. 11689

திருமண மலர் - விளம்பரக் கட்டண அறிவிப்பு

திருமண மலர் விளம்பரக் கட்டணம் முதல் 30 வார்த்தைகளுக்கு ரூ. 400/- அதிகப்படியான வார்த்தை ஒவ்வொன்றுக்கும் ரூ. 15/- வண்ணத்தில் 'ஹைலைட்' செய்ய ரூ. 100/- கூடுதலாக அனுப்பவும். கட்டணத்தை நேரில் ரொக்கமாகவோ / சென்னை காசோலையாகவோ/ வெளியூர் டிமாண்ட் டிராப்டாகவோ 'மங்கையர் மலர்' என்ற பெயரில் எடுத்து அனுப்பலாம்.

இந்த இதழில் பிரசுரமாகும் பெட்டி எண் விளம்பரதாரருக்கு பதில்கள் அனுப்ப கடைசி தேதி 10/10/2005. பதில்கள் அனுப்ப வேண்டிய முகவரி : பெட்டி எண் : .... C/o மங்கையர் மலர், 47, ஜவாஹர்லால் நேரு சாலை, ஈக்காடுதாங்கல், சென்னை - 600 032.

◆ கார்காத்த வேளாளர், சைவம், எம்.எஸ்ஸி., அரசுப் பணி, மாற்றத்தக்கது, 17,000/- 47, திருமணம் ஆகாதவர், மாநிறம் மணமகள் தேவை. (employed/unemployed) பெண்ணின் பயோடேட்டா, முழுமையான குடும்ப விவரம் ஜாதகம் (ராசி அம்சம்) போட்டோ (திருப்பியனுப்பப்படும்) சுயமுகவரியிட்ட பெரிய கவர், அனுப்பவும். சைவப் பிரிவுகள் சம்மதம். பெட்டி எண் : 11690

◆ Iyer, Vadamal, Bharadwajam, Uthirattadhi, 1973, B.Sc., DCA, PGDCA, (MCA) Software Engineer, MNC, Chennai (Now in US) 180 cm, Tanjore Native. boy seeks employed girl height between 160-168 cm. 0451-2420832, 044-2461 6885 Box No. 11691

◆ ஐயர், பிரஹசரணம், கௌண்டின்யம், அவிட்டம், சிவப்பு, 29/180/BE/Software Engineer, MNC, Chennai, Rs. 50,000/- p.m., clean habits வரனுக்கு, டிகிரி படித்த, வேலைக்குச் செல்லும்/செல்லாத, குடும்பப்பாங்கான, நல்ல குணமுள்ள, அழகான, உயரமான பெண் தேவை. முகவரி : 98840-34549 பெட்டி எண் : 11692

◆ Kannada Madhwa, Bharatwaja, Krithigai(4) Rishabha May 75, 5.7", X std., working as Supervisor in a Leather Company at Ambur, Rs. 3500/- seeks suitable Girl, Contact : 5547 6118 Box No. 11693

◆ ஐயர், வடமாள், ஸ்ரீவத்ஸம், ஆயில்யம், 41, 180, 10,000/- தனியார் பணி, சட்டப்படி விவாகரத்தான பையனுக்கு நல்ல குடும்பத்தைச் சார்ந்த 36 வயதுக்குட்பட்ட நல்ல குணமும், நற்பண்பும் உள்ள மணமகள் தேவை. உட்பிரிவு சம்மதம். தொடர்புக்கு : 954545-256170. பெட்டி எண்: 11694

◆ ஐயர், வடமாள், புனர்பூசம், வாதூல கோத்திரம், எம்.காம்., 39 வயது, கல்யாணமாகாத வசதியுள்ள சொந்த பிஸினஸ் பாரத் பெட்ரோலியம் பெட்ரோல் பம்பு நடத்தி வரும் வரனுக்கு நல்ல குடும்பப்பாங்கான ஐயர் மணமகள் தேவை. தொடர்பு கொள்க. பெட்டி எண் : 11695

◆ Iyer, Brahacharanam, Kashyapa Punarpoosam, 40/168cms, B.Sc., Dev Officer LIC 15,000 seeks good natured bride. Subsect no bar. No dowry. M. Sundaresan, Plot No. 2/733 NGGOS Colony, Bagalur Road, Hosur - 635 109.

◆ Tamil Iyer, Suklayajur (Vadama) Moudgalyam, Revathi I Suddha Jathakam, Very fair, clean habits musically talented 35/166 Manager Audit M/S. Uganda Sugar Corporation Uganda East Africa, 65,000 seeks good looking girl. Commerce Graduate, Subsect no bar. Send BHP R. Venkataramanan, National Awardee, Teacher (Retired) 166/129 Bazaar Street, Dharmapuri - 636 701. Ph : 04342-260 650

◆ ஐயர், வடமாள், பாரத்வாஜம், மிருகசீரிடம் 46 வயது, B.Pharm, படித்த தஞ்சையில் தனியார் மருந்து நிறுவனத்தில் வேலை பார்க்கும் நல்ல குணமுடைய பையனுக்கு குடும்பப்பாங்கான படித்த மணமகள் தேவை. விதவை, விவாகரத்தானவர் மன்னிக்கவும். லக்ஷ்மி சுப்ரமணியன், 64 கிரி ரோடு, சீனிவாசபுரம், தஞ்சாவூர்.

◆ Iyer, Vathima, Athreya, Thiruvonam, 40 years, Sevvai in 7, B.Com., PGDCA, Employed in Dubai, seeks brides. Contact : Narayanaswamy, 40, Katchaleeshwar Agraharam, Chennai - 1. Phone : 2526 2552.

◆ தமிழ் ஐயர், பிரஹசரணம், கௌண்டின்யம், ஹஸ்தம், வயது 30, 5.9", பி.எஸ்ஸி., (கணிதம்), அக்கவுண்டன்ட், தனியார் கம்பெனி, சென்னை, 6000/- சொந்த வீடு, தகுந்த பெண் தேவை. உட்பிரிவு சம்மதம். ஜாதகத்துடன் அனுப்பவும். Phone : 2495 9187 K. Srinivasan, 2 B Mangala Apts, 25-26 Srinivasan St., Mandaveli, Chennai - 600 028.

◆ 31, Male, 5.5", very fair, working in MNC Dubai as Accounts Manager with good pay, Look-

ing for Tamil Iyer fair girl with good educational background. My Horoscope details are Magaram rasi, Sadilyam Gothram, Thiruvonam, If interested please contact my parents with horoscope and photo asap - Mr. Arunachalam, Plot No. 26/32, Sellam Nagar, Dr. Moorthy Road, Kumbakonam - 612 001, Phone : 0435 2430483, My mobile number 009-71507485360 email axhari@yahoo.com

◆ வயது 27, பூரட்டாதி, கும்ப ராசி, காசிபம் (கோத்திரம்) இராமேஸ்வரம், இராமநாத சுவாமி கோவில், பூஜை மற்றும் புரோகிதம், சிவப்பு நிறம் உள்ள வரனுக்கு நடுத்தர குடும்பத்தைச் சேர்ந்த மஹாராஷ்டிர பிராமணப் பெண் தேவை. ஆர். விஸ்வநாத ஜோஷி (குருக்கள்) 10/39 ஈ, தம்பியான் கொல்லை, இராமேஸ்வரம் - 623 526. ஃபோன்: 04573, 222054.

◆ Brahacharanam, Haritham, Aayilyam, 36/168, B.Sc., Executive Secretary, Premier Mills, Coimbatore, seeks graduate bride, preferably employed. Contact : V. Viswanathan, 3, Ayyappa Nagar I Main Road, Rajakilpakkam, Chennai - 600 073. Phone : 044-22271563.

◆ Vadamal, Kousikam, Pooram, 32, 167 cm, 15,000 p.m. M.Com., MBA, Boy seeks suitable girl. K.R. Venkatasubramanian, 3, Jeeva Nagar 1st Street, Flat B-1 Madipakkam, Chennai - 600 091, Ph : 044-2258 3249 (between 6 p.m. to 8 a.m)

◆ Iyer, Brihacharanam, Athreya, Ayilyam, 33/5.9', B.A. working with International Freight forwarding firm, Chennai Rs. 8000/- p.m. seeks employed/unemployed graduate bride from suitable Iyer family. Reply with horoscope to K.K. Ananthakrishnan, 3/30, First Cross Street, Srinivasanagar, Kolathur, Chennai - 600 099 Ph : 26500711

◆ Iyer, Brahacharanam, Athreya, Age 30/185 M.A. M.Phil., B.L.I.Sc (M.L.I.Sc) sadhayam, only son, self employed Financially sound, seeks graduate unemployed bride, father alive mother not alive. Subsect acceptable. P.V. Vembu, No. 12, Kalyanaramapuram Ist Street, Thirugokarnam, Pudukkottai - 622 002. Phone : 04322-231456/cell : 94436-74037

◆ Iyer, Vadamal, Koundinya, 42, Avittam, Kumbam, M.Com., MBA, 171 cms, 70 KG employed in Non-transferable Central Government Job at Chennai. Seeks good-looking educated and well employed Iyer girl above 33. V.S. Ganapathy Iyer, 54 Guru Kalki Apartment, Old No. 3, New No. 5, 8th Street, Nanganallur, Chennai - 600 061. Ph :2232 0758

◆ Alliance for Iyer 37, 6 ft, Vadamal, Bharatwajam, Utthirattadhi, B.Com., Computer Literate from any South Indian Brahmin girl. Agent in a Foreign Insurance Co., Also have Own family business in Stocks & Shares with own investments. Insurance and Financial Consultants. Only son & Own House Income Rs. 18,000/- p.m. N. Ramasubramani, 'Hari Nivas', New No. 6/41, Madley 2nd St., T. Nagar, Chennai - 17. Ph : 2433 2827.

◆ வடமாள், வாதூலம், 26.5.1969/170 செ.மீ., சுத்த ஜாதகம், உத்திரம்-2, சொந்த தொழில் ரூ. 10,000/- மாதம் குடும்பப்பாங்கான படித்த பெண் தேவை. எதிர்பார்ப்புகள் இல்லை. சொந்த வீடு உண்டு. வி. சுந்தரம், 12/4 J.B. Street, 2nd Floor, West Mambalam, Chennai - 33. Ph : 2488 1665 or Subbulakshmi 2658 6035

◆ ஐயர், வடமாள், சொந்த ஊர் திருச்சி, பாரத்வாஜம், மிருகசீரிஷம், மிதுனம், 33/170 பி.காம்., ஹானர்ஸ் டிகிஸ், RBI அங்கீகாரம் பெற்ற NBFC ஆக்ராவில் உயர்ந்த உத்தியோகம் தற்சமயம் மாத சம்பளம் 7000/- + படித்த குடும்பப்பாங்கான மணமகள் தேவை. பெண்ணின் BHP மற்றும் குடும்ப விவரம் உடனே அனுப்பவும். email : natraj5@rediffmail.com Phone : 0562-5532857 Tata Indicom Radha Krishnan, 58/295, Behind Lashkari Nursing Home, Ayodhyakunj, Agra - 282 001 (U.P.)

◆ ஐயர், 35 (21.6.70) சங்கிருதி பிரஹசரணம், உத்திராடம், மகரம், உட்பிரிவு சம்மதம், தாயார் இல்லை, அஸிஸ்டெண்ட் மானேஜர், பிரபல தனியார் நிறுவனம், 10,000/- லக் 2ல் ராகு 7ல் சுக்கிரன், 8ல் கேது, சகோதரர் ஒருவர், சகோதரிகள் இருவர். யாவரும் திருமணமாகி நலமாக உள்ளனர். வி. சேதுமாதவன், 74 கோபால் தெரு, பொன்னம்மாபேட்டை, சேலம் - 636 001. ஃபோன்: 0427-2295128.

◆ Tamil Iyer, Brahacharanam, Trichy native, Koundinyam, Moolam (1st), July 1968/180/B.Sc., (Chem), Shiftchemist, KCP Sugar Ltd., Vijayawada, Only son, seeks suitable alliance. Mobile : 09440111874 R.N. Balasubramanian, B-192, Cheranma Nagar, Vilankurichi (Post), Coimbatore - 641 035.

◆ ஐயர், வடமாள் (சுக்லயஜுர்) மௌத்கல்யம், மூலம், 29, 5.10', A.M.I.E. ரூ. 25,000/- மேனேஜர் (MNC), பெங்களூரில் பணியில் உள்ள பையனுக்கு தகுந்த டிகிரி படித்த பணிபுரியும் பெண் தேவை. உட்பிரிவு சம்மதம். D. Ranganathan, 112/1, 4th Block, 4th Main, IInd Cross, T.R. Nagar, Bangalore - 560 028. Ph : 080-2676 6612/0427-2440061

◆ Iyer, Kashyapam, Brahacharanam, Bharani, 26/168, MBA, Technical Manager, Times of India (Broad Casting) 2 lac. p.a. seeks good-looking qualified employed/employable bride. Subsect no bar. 044-2622 0396 R. Dwarakanathan, C-8, Thirumalai Complex, ICF Link Road, Villiwakkam, Chennai - 600 049.

◆ ஐயர், வடமாள், விசுவாமித்ரா, உத்திரம், 34 வயது, 5.11', பட்டதாரி துபாயில் வேலை ரூ. 25,000/- மாத வருமானம், பட்டதாரி மணமகள் தேவை. உட்பிரிவுகள் சம்மதம். வேலைக்குச் செல்லுதல் கட்டாயமில்லை. ஆர். பாலன், ஏஜி-2, குருதுவாரகா அபார்ட்மெண்ட், 20வது தெரு Extn நங்கநல்லூர், சென்னை - 61. ஃபோன்:044-2224 4911/ 2372 5324.

◆ ஐயர், வடமாள், சங்கிருதி, ஆயில்யம், 34/150 பி.காம்., ரூ. 10,000/- அரசுடைமையாக்கப்பட்ட வங்கியில் பணிபுரியும் தாயாருடன் வசிக்கும் ஒரே மகனுக்கு மணமகள் தேவை. எஸ். ராமமூர்த்தி, என்.எம்.எஸ். காம்ப்ளெக்ஸ் (பி2), 23/31 கன்னிகா பரமேஸ்வரி விரிவு, அம்லா ஸ்கூல் ரோடு, கோபிசெட்டிபாளையம் - 638 452 ஃபோன்: 04285-225251.

◆ Iyer, Vadamal, Kousigam, Uthirattadhi, 38/ 6.1', Diploma, Rs. 20,000/- Pvt, seeks suitable graduate girl. K.S. Rajagopal, L6E, Bharathidasan Colony, K.K. Nagar, Chennai - 78. Ph :044-2252 3985/2474 9119

◆ ஐயர், பிரஹசரணம், பராசர, விசாகம், 34, 169, எம்.ஏ., அண்ணாமலை பல்கலைக் கழகத்தில் எழுத்தர் பணி, அரசு பணியிலுள்ள மணமகள் தேவை. உட்பிரிவுகள் சம்மதம். முகவரி : கே.ஆர். ஸ்ரீநிவாசன், 77, 'த்ராபதி தெரு, திருவண்ணாமலை - 606 601, ஃபோன்:04175-222729.

◆ Tamil Iyer girl Fair, Slim, employed/employable for Kerala based Iyer Boy, fair slim, 26, 5'.10' B.Tech (Hons), doing M.B.A., Sr. Software Engineer, MNC, Chennai, Rs. 25,000 p.m. Parasara, Uthram (3), Propertied. Subsect no bar. Ph : 044-2639 0018 V. Sreenivasan, 563, MTH Road, Tiruninravur, Chennai - 602 024.

◆ Brahacharanam, Srivatsam, Swathy 33/165 B.Sc.,ACA Handsome, Rs. 12 Lakhs p.a. in Middle East. Graduate good-looking girl preferred Subsect Welcome. Send BHP T.S. Nagaraj, 43/ 283 LIC Colony, Salem - 4. email: tyaguu@gmail.com 0427-3043049.

◆ இந்து, தெலுங்கு, தேவாங்கர் செட்டியார், 31, 5.8', பி.எஸ்ஸி., மானேஜர், அனுஷம், தகுந்த மணமகள் தேவை. தொடர்பு கொள்ளவும். Y. சந்தரராஜன், நெ. 1, 3வது ரோடு, கோகுல்நகர், ராஜகீழ்ப்பாக்கம், சென்னை - 600 073. போன்:(044) 22272326

◆ Parents of Srivatsa Vadama (Tanjore) boy, Sep. 1972, Punarpoosam (Mithuna Rasi) 5.9' fair, good-looking, Software Engineer, MNC Pune, Rs. 7.40 lakhs per annum, seeks fair bride employed/unemployed. B. Subramanian, New No. 8, First Block First Street, Abiramapuram, Chennai - 600 018. Phone : 044/2499 5803 033/3094 3714

◆ பாரத்வாஜம், வடமாள், பூசம், 18.4.67 5.6', B.Sc., Plastic Technology Rs. 30,000/- p.m., பட்டப் படிப்பு 34 வயதுக்குள் மணமகள் தேவை. ஜாதகம் போட்டோவுடன் அணுகவும். எஸ்.வெங்கட்ரமணன், 3/2 இரண்டாவது தெரு, கன்னிகா காலனி, நங்கநல்லூர், சென்னை - 61. ஃபோன்: 55370340

◆ பாரத்வாஜம், வடமாள், பூரட்டாதி - 4, 5.6', AMIE, 9.02.70 Project Leader Rs. 40,000/ - p.m. பட்டப் படிப்பு 28 வயதுக்குள் மணமகள் தேவை. ஜாதகம் போட்டோவுடன் அணுகவும். எஸ். வெங்கட்ரமணன், 3/2 இரண்டாவது தெரு, கன்னிகா காலனி, நங்கநல்லூர், சென்னை - 61. ஃபோன் : 55370340.

◆ ஐயர், தஞ்சை வடமாள், ஸ்ரீவத்ஸம், அவிட்டம், 18.12.1974, 6 அடி, ரூ. 12,000/ - தனியார் பணி, (சென்னையில்) சொந்தமாக பிளாட், சென்னையில் வேலைக்குச் செல்லும் பெண் தேவை. ஃபோன்: 5519 8635 J. குருமூர்த்தி, அனுக்கிரஹா பிளாட், 18/66, மூர்த்தி தெரு, மேற்கு மாம்பலம், சென்னை - 33.

◆ Vadamal, Aswini, Haritham, DME, Sr. Engineer (Pvt) 30 years, 5.8', seeks bride K. Kannan, 87/1, TKM Road, Lake Avenue, Mela Mayur, Vallam Post, Chengalpet - 603 002. Ph : 9894736212

◆ ஐயர், வடமாள், கௌசிகம், உத்திரட்டாதி, 30, 5.9', எம்.பி.ஏ., 30,000 மஸ்கட், நிரந்தரப் பணி, நல்ல குடும்பப்பாங்கான பட்டப் படிப்பு படித்த மணமகள் தேவை. ஆர். சீனிவாசன், 2/663 ராமனாதன் நகர், பிள்ளையார் கோயில் தெரு, பொழிச்சலூர், சென்னை - 74, போன் : 2263 2549.

◆ Alliance invited from Middle/Lower Middle Class Brahmin Family for Palghat Iyer Boy, Kashyapa Thiruvadhirai, 38/6 ft, Own Travel Agency Business. Flat in Delhi. Horoscope Optional. Early simple marriage. Contact write, Ramakrishnan, G6/47, Sector-16, Rohini, Delhi - 110 085. Tel : 2788 2754.

◆ பூர்வசிக தென்கலை, காஸ்யபம், அவிட்டம் (3), பி.எஸ்ஸி., (எம்.பி.ஏ.) 30/ 166/12,000 சென்னையில் லிமிடெட் கம்பெனியில் பணிபுரியும் வரனுக்கு, அழகான, குடும்பப்பாங்கான பணியிலிருக்கும்/இல்லாத பட்டதாரி மணப்பெண் தேவை. ஆர். வெங்கடரெங்கன், 111, மேலச்சித்திரை வீதி, ஸ்ரீரங்கம், திருச்சி - 620 006. 0431-2436135.

◆ Iyer, Astasahasram, Tiruvonam, Kasyapa Suddha Jatagam, 30 years, 175 cms, MCA, Software Engr. Chennai 30,000 p.m. seeks qualified employed girl. Subsect no bar. Ph : 044-5547 4848 S. Subramanian No. 7/8 Bavani Street, Chitlapakkam, Chennai - 64.

◆ ஐயர், வடமாள், கௌசிகம், ஹஸ்தம், 35, 6 அடி, பஹ்ரைன் (Gulf) சட்டப்படி

விவாகரத்தானவர், குழந்தை கிடையாது. மணப்பெண் தேவை. வி. கணேசன், சி3, பரணி அபார்ட்மெண்ட்ஸ், 100 அடி ரோடு, விஜயநகர், வேளச்சேரி, சென்னை - 42. ஃபோன்: 044-2255 3417.

◆ Iyer, Vathima, Kapila, Sadayam, 34, 5.6', B.A. Rs. 18,000/- American M.N.C. Delhi Boy seeks bride. Contact : R. Sudhakar, 19/14, Velu Street, West Mambalam, Chennai - 600 033. Ph : 044-2474 1387

◆ Iyer, Vadamal, Uditya, Sadhayam, 27, 5.7', BE MS (US) working in US seeks slim, fair, good looking girl preferably with professional qualification Contact : G. Swaminathan, 88/17, 2nd Main Road, Gandhi Nagar, Adyar, Chennai - 600 020. Phone : 044-24452507.

◆ Alliance invited from Non-Athreya graduate girls for 1970 Born Bharani 5.4' 12 lac annum. R. Sadhasivan, 53, Tara Dutta Colony, B.T. Kawade Road, Ghorpadi, Pune - 36. Phone : 020-26871107

◆ ஐயர், பிரஹசரணம், சங்க்ருதி, உத்திரம், 30, 5.7', B.Sc., (AMIE), System Analyst in CTS, Rs. 50,000/- p.m. வரனுக்கு படித்த, குடும்பப்பாங்கான மணமகள் தேவை. ஸ்ரீமதி, மங்களா மீனாட்சி சுந்தரம், நெ. 11, Block N 3 BRP முதல் தெரு, மேற்கு மாம்பலம், சென்னை - 600 033. ஃபோன்:2474 4885.

◆ ஐயர், தஞ்சாவூர், வடமாள், ஸ்ரீவத்ஸ கோத்திரம், புனர்பூசம் (கடக ராசி), ஆகஸ்ட் 1972/5.7', சிவப்பு, சொந்தத் தொழில், 15,000/- மாதம் குடும்பப்பாங்கான பெண் தேவை. பி. வெங்கடேஸ்வரன், ப.எண். 22/ பு. எண் 10, பேஷ்வா அக்ரஹாரம், சுவாமி மலை, தஞ்சாவூர் - 612 302.

◆ ஐயர் வடமாள், ஹரிதம், விசாகம், 32, 5.6', தொழிற்பயிற்சி தேர்ச்சி, சொந்தத் தொழில், தகுந்த மணமகள் தேவை. முகவரி : என். சேதுராமன், 3/364, 3வது குறுக்கு சாலை, ராதாகிருஷ்ணன் நகர், வேலூர் - 632 006. தொலைபேசி - 0416 - 2246657

◆ Iyer, Vadamal, Gowthama, Poosam, 29, 172, B.Tech., MBA, MNC, London seeks graduate unemployed bride age below 25 from decent Middle Class family. Contact : Venkatraman, 241, Third Main, Brindavan Extension, Arakere Mico Layout, Bannerghatta Road, Bangalore - 560 076. Ph : 080-26492400.

◆ **Iyer, Vadama, Bharatwajam, 36/165 Ayilyam, employed in Gulf Housing Co., seeks suitable girl. Contact with horoscope. V. Srinivasan, No. 2 Pillayar Koil Street, Sekkalai, Karaikudi - 630 002. Telephone : 04565-226771.**

◆ குருக்கள், காசிப கோத்திரம், பூரம், 27, 168 செ.மீ., ரூ. 6000/- மாத வருமானம் வரனுக்கு ஐயர்/குருக்கள் படித்த வேலையிலுள்ள நல்ல குடும்பப்பெண் தேவை. சரோஜா சுந்தன், H-Block, Ground Floor, Balaji Apatments, நேரு வீதி, ஸ்ரீரங்கம், திருச்சி - 6.

◆ Iyer, Ashtasahasram, Shadamarshanam, Punarpoosam 32/165 fair, B.Com., CA (Final) Accounts Officer, 10,000/- p.m. Chennai seeks graduate, employed girl. Subsect acceptable. Send B.H.P. Ganapathy Subramanian, 3/306, Rangarajapuram I Main Road, Santhoshapuram, Chennai - 601 302. Ph : 044-22781616.

◆ Iyer, Vadamal, Bharathwajam, Thiruvadirai, 33, 173 cms, B.E., working in SECM (Sanyo) Brunei, Rs. 70,000/- p.m., clean habits, seeks employed/unemployed graduate girl. S. Thiagarajan, 7-Aishwaraya Apartment, 72/154 Rengarajapuram Road, Chennai - 600 024. Ph : 044-2481 9118 Box

◆ Iyer, Vadamal, Kowsikam, Poorattadhi-I, Suddha Jadhagam 33/167 M.Com., ICWA (Final) Manager cum Accountant Private Co., Ghana Africa seeks graduate bride from decent family. Contact : R. Arunkumar, New No. 15, Second Street, Vedachalam Nagar, Kodambakkam, Chennai - 600 024. Ph : 044-2473 3065.

◆ Vadamal, Mandavya, Poosam (4), 29/5.7', D.E.E.E. DMM working in Singapore, Rs. 30,000/-p.m., seeks homely graduate girl, K. Sivaraman, 15/19 Parvathi Avenue Ist Street, Sakthi Nagar, Porur, Chennai - 600 116. Ph : (044) 2252 0147, (94431-01961)

◆ **Iyer, Vadamal, Vishwamithra, Krithigai, 28, 5.11', B.E. (MBA) Boy currently working in Newzealand as Senior Software Engr. Gone on work permit for 2 years. Seeks, fair, professionally qualified suitable girl. R. Balasubramanian, New No. 18, Old No. 630 (Balas), III Cross, 'A' Block, Vinayak Nagar, Airport Road Bangalore - 560 017. Ph : 25224023**

◆ Vadamal, Kousikam, Chithirai, 36, 168, B.Sc., 20,000 Own Flat, Investment Consultant seeks suitable girl. Contact : V. Sulochana, G-C, 'TUSHAR' 67 C Ranga Colony, Rajakilpakkam, Chennai - 73.

மணமகன் தேவை

◆ Iyer, Vadama, Naithrupa Kashyapa, Magam, 26/162, Chennai employed Physiotherapist, well accomplished, musically talented, getting Canadian Citizenship next year seeks boys USA/Canada. Contact : thiagu.thiagu@gmail.com Box No. 29124

◆ Tanjore Tamil Iyer, Bharadwajam, Ashtasahasram, Avittam, 26, 153cm, fair, goodlooking, B.Com., M.C.A. Only daughter, seeks

alliance from decent family, educated employed boy subsect no bar. Respond with horoscope. Box No. 29125

◆ 1948, பரணி, குழந்தைகள் இல்லாத (கணவனை இழந்தவர்) ஆரோக்கியமுள்ள வருக்கு நல்ல வசதியுள்ள மணமகன் தேவை. தொடர்பு : 0431-2710325 பெட்டி எண் : 29126

◆ வடார்க்காடு, ஐயர், வடமாள், கௌண்டின்யம், பூரம் (செவ்வாய் தோஷம்) 22/150, பி.ஈ., சாஃப்ட்வேர் என்ஜினியர், எம்.என்.சி. பெங்களூர் பெண்ணிற்கு பொருத்தமான 27 வயதிற்குள்ளான மணமகன் தேவை. ஜாதகம் மற்றும் விவரம் அனுப்பவும். பெட்டி எண் : 29127

◆ Iyer, Vadamal, M.A., employed, Spinster, 168 cm, seeking alliance from bachelor 45-47 highly qualified, Professionally employed, well to do family. Contact : 9444323413 Box No. 29128

◆ Iyer, Kaundinyam, Brahacharanam, Revathi-4, 5.2', 21 years (M.Com. (C.S.)) fair, good-looking girl seeks well employed, clean habits boy from respectable family, age upto 27 years. Ph:22486096 Box No. 29129

◆ Iyer, Tanjore Vadamal, Koundinyam, Anusham, 30.11.78, 5.6', M.Sc., (Chem) ICICI Bank, Chennai seeks professionally qualified well employed boy preferably in Chennai with clean habits. Ph : 28144183. Box No. 29130

◆ பூர்வீகம் சிதம்பரம், சைவ வேளாளர், மூலம், தனுசு, வயது 26, 144 செ.மீ., பி.எஸ்ஸி., பெண்ணிற்கு பட்டதாரி நிரந்தரப் பணி மணமகன் தேவை. ஆபீஸ் : 044-22475548, பெட்டி எண் : 29131

◆ Iyer, Vadamal, Koundinyam, Moolam 4th 23, B.E. CSE/WIPRO, Project Engineer at Bangalore Rs. 15,000/-seeks professionally qualified groom. Ph : 2551 8494 Box No. 29132

◆ Lin Gayath parents settled Bangalore seeks alliance for their Daughter studying post-graduate Eng. 5'5' from Hindu Kannada/Tamil Boys equal qualification Bangalore (settled) Contact : 9448017949 for detail Box No. 29133

◆ ஐயர், பிரஹசரணம், பாரத்வாஜம், வயது 33, உத்திரட்டாதி, சற்று பார்வைக் குறைபாடுள்ள சகல வீட்டு வேலைகளும் செய்யத் தெரிந்த பெண்ணுக்கு நல்ல பழக்க வழக்கமுள்ள மணப்பையன் தேவை. பெட்டி எண்: 29134

◆ Iyer, Koundanyam, Brahacharanam, Revathi, B.Sc., Maths, Dip. in. H.R.M. 29 years, 160 cm, Healthy girl (sometimes depressed) seeks broad-minded groom. Box No. 29135

◆ தாய் தமிழ் பிராமணர், தந்தை தமிழ் C.S.I. கிறிஸ்துவர், இருவரும் அரசு உயர் அதிகாரிகள் பூரம், 25, 163, எம்.எஸ்ஸி., (மைக்ரோ பயாலஜி) அழகான பெண்ணிற்கு படித்த, வேலை யிலுள்ள (தமிழ்நாடு/பெங்களூர்) 28-30 வயது மணமகன் தேவை. கலப்பு மணம் செய்து கொண்ட பெற்றோர் எனில் இருவரில் ஒருவர் பிராமணராக இருத்தல் விரும்பத்தக்கது. புகைப்படம், பயோடேட்டா, ஜாதகம்/பிறந்த தேதி/ நேரம் தேவை. பெட்டி எண் : 29136

◆ Iyer, Brahacharanam, Kudinya (Koundinya & Sankrithi) 21, B.E. CSC, Sathayam, fair, 5.3' seeks professionally qualified between 25-27 Subsect acceptable. Contact with details horoscope 044-2253 2710 Box No. 29137

◆ தஞ்சை வடமாள், ஐயர், பாரத்வாஜம், திருவாதிரை 33/5.3' பி.ஜி. படித்த சிவந்த அழகான பெண்ணுக்கு படித்த வேலை யிலுள்ள மணமகன் தேவை. ஃபோன்: 2-371 6872, 9444230523. பெட்டி எண் : 29138

◆ Iyer, Vadamal, Bharatwajam, Anusham, Dec. 1980, 5.3', MCA seeks professionally educated groom preferably Software below 29 years from respectable family with clean habits. Phone : 080-25463568 prabhakar_r@canbank.co.in Box No. 29139

◆ Tamil Iyer, Vadama, Srivatsa, Bharani, Mesham, 1975/5.6', B.Com., ACA, Chartered Accountant, MNC Audit Firm seeks professionally qualified (B.Tech., MBA, CA) Boy below 35, employed Bangalore Subsects no bar. Tel: (080) 26531717 email: rajanbhama@yahoo.com Box No. 29140

◆ Vadamal, Poursiga, Sadayam, 22/5.4', fair, M.Com., M.F.T. @ executive Ford Pvt. Ltd., 12,000 p.m. bride seeks well qualified employed boy below 30 years. Contact : 2247 2445. cell : 98400 24555. Box No. 29141

◆ வயது 27, ஜிலக்கரை (ஸ்ரீரகம்) கவர நாயுடு, கேட்டை, B.H.M.S. உயரம் 5.2' விரிவுரையாளராக பணிபுரியும் பெண்ணிற்கு பி.ஈ. படித்த, சென்னையில் வசிக்கும் தகுந்த மணமகன் தேவை. பெட்டி எண் : 29142

◆ சைவ வெள்ளாளர், சிவ கோத்திரம், எம்.எஸ்ஸி., படித்த, அழகான, குண முள்ள, சிகப்பான, சுத்த ஜாதகமுள்ள, 41 வயதான மணமகளுக்கு சைவ மண மகன் தேவை. உடனடி திருமணம். அனைத்து சைவ பிரிவுகளும் சம்மதம். பிராமணர்களும் விண்ணப்பிக்கலாம். Ph: 98418 66264, email: Lak97@rediffmail.com Box No. 29143

அக்டோபர் மாத இதழுக்கான திருமண மலர் விளம்பரங்கள் எமது அலுவலகத்திற்கு வந்து சேர வேண்டிய கடைசி தேதி : 5.09.2005

◆ **Madhwa Kannada, Harischa/Sathayam, 26/165, MBA, MNC, Chennai girl seeks professionally qualified employed Boy around 30 clean habits. Contact Box No. 29144**

◆ ஐயர், வடமாள், ஸ்ரீவத்ஸம், உத்திராடம்-1, எம்.ஏ., 30, 5.6', சட்டப்படி விவாகரத்தான குழந்தையில்லாத நல்ல குடும்பத்தைச் சேர்ந்த பெண்ணிற்கு, படித்த நல்ல வேலையும், குணமும், கெட்ட பழக்கமும் இல்லாத, விவாகரத்து/தாரம் இழந்தோர், ஜாதகம், விவரம் தொடர்பு கொள்ள பெட்டி எண் : 29145

◆ Iyer, Ashtasahasram, Kasyapa Gothram, Anusham, 26, 165, M.Com., (MBA) Central Government employed in Chennai, widow without encumberance (six months marital life during 2002) seeks decently employed groom. Cell : 94440 12583 Box No. 29146

◆ ஐயர், பிரஹசரணம், மௌத்கல்ய கோத்திரம், உத்திரட்டாதி முதல் பாதம், 23 வயது பி.எஸ்ஸி., (பயோ-கெமிஸ்ட்ரி) படித்த பெண்ணுக்கு படித்த அரசாங்க/தனியார் நிரந்தரப் பணியில் உள்ள வரன் தேவை. ஃபோன்: 044-22243707 பெட்டி எண் : 29147

◆ **Vadamal, Sankrithi, Anusham, March 1974, 5.4', Post-graduate, Teacher, Fair, Home-loving, domestically well accomplished girl seeks well settled boy. Box No. 29148**

◆ Iyer, Vadamal, Srivathsam, Avittam-4, 34/169 B.Com., CAIIB, ICWAI - Inter. Manager, Nationalised Bank, Bangalore (Transferable) Invites. Suitable groom. Ph : 044-2244 5848 Box No. 29149

◆ Iyer, Brahacharanam, Bharadwajam, Poosam, october 77/5.7', MA PGDHRM employed in Chennai holding Valid passport seeks professionally qualified well employed Brahacharanam, Vadamal Grooms. Box No. 29150

◆ ஐயர், வடமாள், பாரத்வாஜம், ஆயில்யம், 28, 170 செ.மீ., 10ம் வகுப்பு, சிகப்பு நிறம், slim, good looking. வெகுளியான பெண்ணிற்கு புரிந்து கொண்டு அன்பாக நடத்தக் கூடிய வரன் 36 வயதிற்குள் தேவை. தாரமிழந்தவருக்கும் தடையில்லை. ஃபோன்: 080-2364 5178 பெட்டி எண் : 29151

◆ Sengunthar girl, Chithrai, Kanni Rasi, B.Sc., B.Ed., 33/160 Central Govt. employment Rs. 10,000/- p.m. seeks employed State/Central/Public Sector Sengunthar Boy. Box No. 29152

◆ **Iyer, Ashtasahasram, Vathulam, Anusham, 25/5.2', very fair, domestically well trained, education till HSC, seeks educated & decently employed boy from well settled family. Subsect acceptable. Box No. 29153**

◆ Vadama, Sandilya, Aswini, 27, 4.7', B.Com., CA Inter, MNC employed Bangalore seeks well employed/well qualified groom. Ph : 080-2357 6423. Box No. 29154

◆ **Iyer, Ashthrasahasram, Harita, Moolam, 2nd padam, 22 years, 170 cm, BE (ECE) working in TCS, (Tata Consultancy) Mumbai girl, seeks suitable bridegroom. Ph : 2618 1944 or Box No. 29155**

◆ Hindu Maruthuvar, 37, M.A., Rohini, Siva Gothram, working seeks suitable groom. 044-2239 6450/98409 98610. Box No. 29156

◆ வடகலை, ஐயங்கார், பாரத்வாஜம், ரோகிணி, (சிம்ம லக்னம், லக்னத்தில் சனி, 2ல் ராகு) 27/5.5'/B.Pharm 7000/- தனியார் பணியிலுள்ள குடும்பப்பாங்கான பெண்ணிற்கு நல்ல வேலையிலுள்ள தகுந்த மணப்பையன் தேவை. பெட்டி எண் : 29157

◆ ஐயர், வடமாள், ஸ்ரீவத்ஸம், பூரம், 23/148 செ.மீ., DMLT, அரசுப் பணி ரூ. 5000/- பெண்ணிற்கு 30 வயதுக்குட்பட்ட நல்ல படிப்பு, அரசுப் பணி/தனியார் நிரந்தரப் பணியுடன் (transferable) சென்னை அல்லது செங்கற்பட்டு அருகில் உள்ள தகுதியுள்ள மணமகன் தேவை. உட்பிரிவு சம்மதம். தொடர்புக்கு ஃபோன்: 9443354886 எஸ். ஸ்ரீனிவாசன், 144, என்.ஜி.ஓ.நகர் சிரோன் மணி தெரு, செங்கற்பட்டு -603 001.

◆ **நெல்லை சைவச் செட்டியார், சித்திரை, 25, பி.எஸ்ஸி., பெண்ணுக்கு நல்ல படித்த பணியிலுள்ள சைவச் செட்டியார்/பிள்ளைமார் மணமகன் தேவை. ந. கந்தசாமி, 54/8, பழைய ஆபீஸ் தெரு, விக்கிரமசிங்கபுரம், திருநெல்வேலி மாவட்டம் - 627 425 ஃபோன்:04634-220013 செல் : 09443390433**

◆ **Iyer, Vadamal, Vishwamitra, Kettai, age 30, 165 cms, B.Sc., Central Govt. (Postal) Rs. 11,000 per month, seeks well qualified boy below 35 years. Contact : P. Vaidyanathan, 150/B, Fifth Street, Babanagar, Villivakkam, Chennai - 600 049.**


Maami's
SAMBAR POWDER
மாமிஸ் மசாலாவுல யார் சமைச்சாலும்
ஸ்டார் தான்


Aachi
MASALA